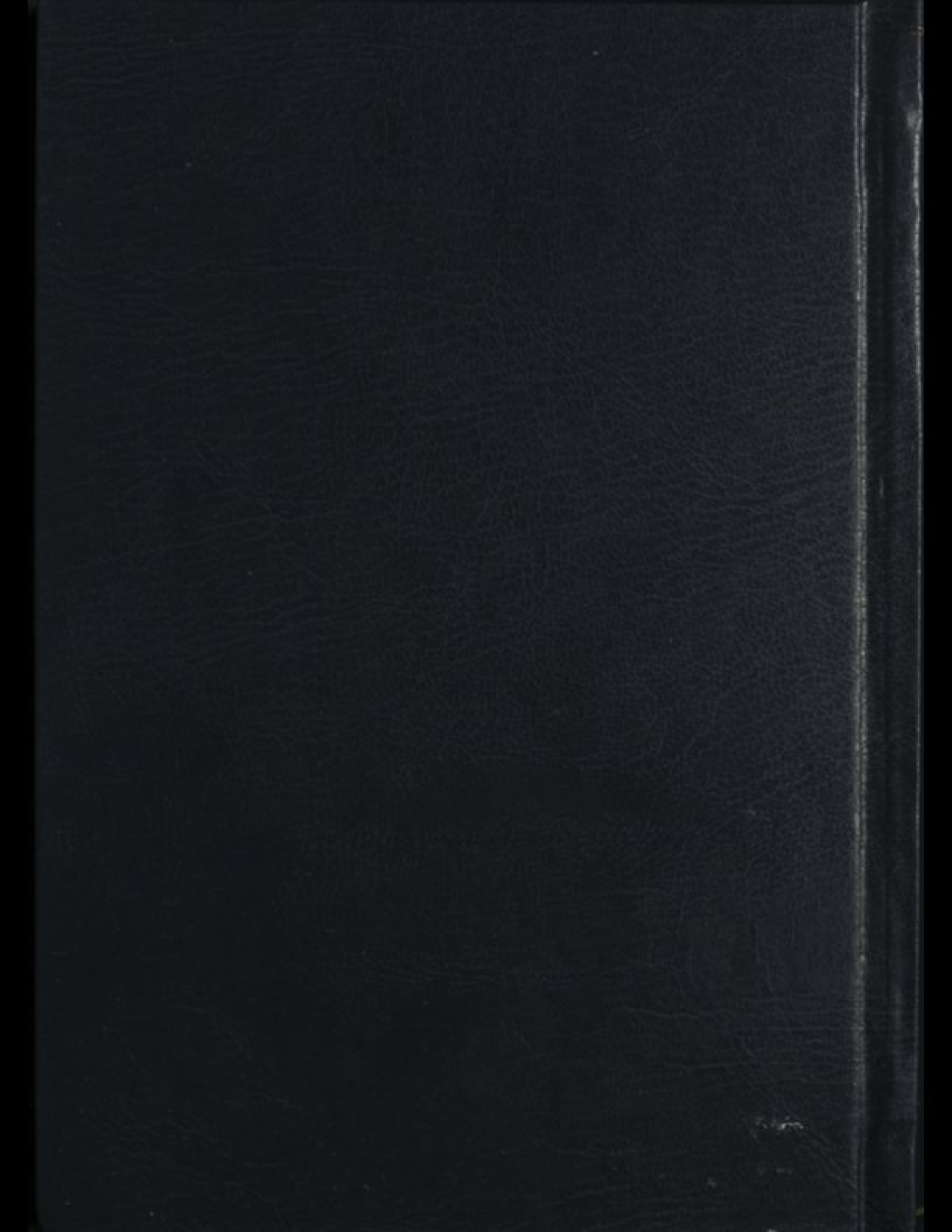


على عتبة الامومة

تأليف

الدكتور مصطفى خالدي

استاذ في فن التوليد والامراض النسائية في جامعة بيروت الاميركية

بالاشتراك اللغوي مع

فريد مدوّر

مطبعة وزنكوغراف طبّارة بيروت

سنة ١٩٣٤

تقدمة اخلاص واحترام

الى الاستاذ القدير الذي خدم ولايزال يخدم
بلادنا العربيه بعلمه واخلاصه وتفانيه
الدكتور هري كيلارد دورمن استاذ فن
التوليد والامراض النسائيه في جامعة بيروت
الاميركيه ،

المقدمة

هذا كتابنا (على عتبة الامومة) نزفه الى ابناء اللغة العربية وغايتنا الفات الانظار الى موضوع الامومة الحيوي وما يجب على امهات اليوم والغد معرفته قبل الولادة وبعدها باسلوب سهل لا تضيع بين طياته الحقائق العلمية الراهنة التي تجب معرفتها لتكون نوراً يبدد شيئاً من ظلام الجهل والخرافات المستولي على اشد الامور تعلقاً بسعادة العيلة ·

ولقد توخينا في كتابنا وفي اشكاله العديدة ايضاح المبادىء الهامة متذكرين ان جمهور القراء يكادون لا يعرفون عن مواضيعه المختلفة الا القليل فانتهجنا خطة بسيطة سردنا فيها الحقائق العلمية باسلوب متدرج مشوق مفيد · ولما كان هذا الامر بطبيعته دقيق المسالك سهل المزالق رأينا ان نعالج دقائقه بطريقة رصينة امينة ونحوم في الكثير من الاماكن حول نقاطه واضعين نصب عيوننا دائماً ان المحيط الذي سيخدمه هذا الكتاب هو محيطنا الشرقي الذي يقدس الشرف والحياء الجنسي فلا تخجل من قرائته العذراء ولا يجد القارىء طي صفحاته الا كل ما يحض على اتخاذ المثل العليا في الحياة غاية لسعادة الامومة والحياة ·

وما كان بوسعنا ان نقوم بعملنا هذا لو لا اتخاذنا التعاون بين العلم الاختصاصي وبين الادب مبدأ نسير بموجبه فالمرء قليل بنفسه كثير باخيه ·

فعسى ان يكون لهذ التعاون بين الطب وبين الادب العمومي فائدة تعود بالمنفعة الى كل قارئ وقارئة ، وعسى ان نكون بعملنا هذا قد وفقنا الى نشر المعلومات الصحيحة المفيدة بالطريقة التي توخيناها وخدمنا ناحية هامة من نواحي حياتنا الاجتماعية والله من وراء القصد .

الدكتور مصطفى خالدي
فريد مدور

توطئة

خلق المرأة

هذه اسطورة هندية قديمة عن خلق المرأة —
اسطورة شرقية ، فلسفتها شرقية ، ولكنها
عامة ابدية ! اثبتتها كتب الهند القديمة ،
والهند فرع من فروع دوحة الحكمة
الروحية . ونثبتها في كتابنا هذا
هدية من أمة شرقية لأمة شرقية !

***

في البدء خلق «تواشتري» — اله الاساطير الهندية — الارض والسموات وماعليها .
وعند ما اراد ان يخلق المرأة رأى انه قد استنفد كل العناصر لديه في خلق الرجل ،
ولم يبق لديه عنصر واحد متين ينفخ فيه روحا جديدة !
فتملكته الحيرة ووقع في سبات عميق — متأملا مفكرا !
ومايقظ نفسه من سبات تأملاته وعلى شفتيه ابتسامة الجذل المنتصر !

***

ثم اتخذ من البدر استدارته ومن الافعى تلويّها
ومن البان قوامه ومن العشب ارتعاشه ومن الاغصان اشتباكها !
واتخذ من الكرمة سلافتها ومن الازهار تحملها
ومن اوراق الشجر خفتها ومن المهى لحاظها
ومن اشعة الشمس ضياءها ومن الضباب دموعه !
واتخذ من الريح تقلبها ومن النسيم رقته
ومن الارنب دعته ومن الطاووس غروره
ومن زغب الطيور ليونته ومن الماس صلابتـه !
واتخذ من العسل حلاوته ومن العلقم مرارته
ومن النار حرارتها ومن الثلج برودته
ومن الببغاء ثرثرته ومن الحمام هديله
وجمع كل هذا العناصر معا — وخلق المرأة !

***

وبعد ان تمّ له ذلك اهداها الى الرجل قائلا :
لايحسن بك ان تكون وحيدا
خذها شريكة لحياتك في السرّاء والضراء .
فاتخذها الرجل شريكة لحياته في السرّاء والضراء !

***

وبعد ثمانية ايام اتى الرجل الى «تواشتري» وقال له

ايها السيد! إن المخلوقة التي اهديتها اليّ تنفث السم في كياني!

انها ثرثارة مهذارة! عنيدة قهارة!

فهي تبكي دون ما سبب وتضحك دون ما سبب

ولا اراها الا مريضة كئيبة!

لم اذق طعم الراحة منذ ما اهديتها اليّ!

استردها ايها السيد فلا يطيب لي العيش معها!

فابتسم «تواشتري» واسترد المرأة من الرجل

***

ولكن ... لم تمض ثمانية ايام اخرى حتى رأى «تواشتري» الرجل قادما اليه

وقد اثقل الهم كاهله واثار الشوق لواعجه!

وقال ايها السيد لقد ملت نفسي الوحدة منذ ما اعدت هذه المخلوقة اليك

فكيفما سرت واني ذهبت ارى خيالها الجميل منتصبا امامي!

ذكرى حركاتها وسكناتها تثير كامن وجدي!

اذكرها دائما واذكر كيف كانت ترقص امامي منشدة اناشيد السعادة والخلود

بصوت لا يزال صدى عذوبته وسحره يتردد في اذني!

وكيف كانت تداعبني واداعبها وتلاعبني والاعبها!

ردها الي ايها السيد فبدونها لا تحلو لي الحياة!

فابتسم «تواشتري» واعاد المرأة الى الرجل!

***

وبعد ثلاثة ايام عاد الرجل حائرا مترددا !

وقال ايها السيد لا افهم نفسي ولا افهم المرأة !

ولكنها ... تضايقني اكثر مما تريحني وتزعجني اكثر مما تسرني !

هذه المرة اضرع اليك ان تستردها ايها السيد — الى الابد !

فصاح به «تواشتري» قائلا :

سر ايها الرجل الصلب في طريقك !

وابذل جهدك في تقويم سيرتك !

فاجاب الرجل وقال — ولكنني لا يطيب لي العيش معها !

فابتسم «تواشتري» وقال - ولا يطيب لك بدونها !

***

وعاد الرجل كئيبا حزينا يتمتم قائلا :

الويل لي !

لا يطيب لي العيش معها ولا يطيب لي بدونها !

الفَصلُ الأوَّل

حقائق الحياة

في الحياة حقائق كثيرة اعتدنا منذ القدم ان نسدل دونها غطاء كثيفا من الاسرار ضنا بها عن الرأي العام وصيانة لها من العوام وخوفا من ان تكون كالسكين في يد الطفل تضر به ولا تنفع سواه . ولعل ابرز هذه الحقائق واعمها مما لا نكاد نلمح اليه تلميحاً ما يتعلق بحفظ النسل وكيفية التوالد والعناية الضرورية قبل الولادة وبعدها وعند القيام بهذه الوظيفة المقدسة التي شاءت حكمة الباري سبحانه وتعالى ان تكون متشابهة متنوعة في آن واحد في كل مخلوقاته ليُضمَن بقاء النسل ويعمر الكون .

ولقد اوجد الله في كل كائن حي ظاهرتين هما الاساس الذي يستند اليه نظام المعمور وترتكز عليه دعائم الحياة وهما حفظ الذات والغريزة الجنسية . اما حفظ الذات فلا يهمنا منه في هذا الكتاب إلاَّ القول عنه بانه تلك القوة فيك وفيَّ التي تدفع عنا الاذى وتشجعنا على الاحتفاظ بكياننا قوياً سليماً ما امكن .

الغريزة الجنسية : — اما الغريزة الجنسية فغايتها التناسل وهو الموضوع الذي سنبحث فيه باسلوب علمي رزين سهل فلا تستنكف من قراءته العذراء ولا تتردد في تقديمه لاختك واختي لتفهما الحقائق الراهنة التي ترتكز عليها سعادتهما وحياتهما في جوٍ مملوء الطهارة والاخلاص

فتكون حياة نساءنا فيما يتعلق بهذا الموضوع الهام اتمّ واسعد مما كانت عليه والجهل يغشى الابصار والخوف والحذر يحو كان من الخرافات نسيجاً شوّه وجه الحقيقة وهدم سعادة العيلات الكثيرة .

العلم بالشيء ، ولا الجهل به :- ألمحتُ يا اختي القارئة الى اننا في محيطنا ننسج حول الحياة التناسلية غطاءً من السرّ له حسناته انما ، كما هو الواقع في كل شيء ، له سيئاته ايضاً . والعاقل من يزن الامور بميزان العقل الراجح الصحيح واضعاً الحسنات في احدى كفتي الميزان والسيئات في الاخرى فان رجحت كفة الحسنات كان الامر حسناً والعكس بالعكس . ولعلّ اكبر سبب في إهمالنا تفهم مسائلنا التناسلية هو ذلك الحياء الشرقي الطبيعي فينا الذي لا اريدك يا اختي القارئة ان تنبذيه فقد كفانا ما يجرفه تيار المدنية الحديثة من عقائد وعادات مستحبة بيننا ، انما اريدك ان تقرأي هذا الكتاب والاخلاص رائدك والروح العلمية البحتة تقود خطاك لتجنب ما من شأنه الاضرار بك وبنسلك واتباع ما يفيدك ويفيد ابناءك من بعدك . فليس من موضوع اراه اكثر ملاءمة من الموضوع الذي نحن بصدده يصدق فيه هذا القول (ان التي تهز السرير بيمينها تهز العالم بيسارها) .

لو اردنا السفر الى مكان ما لابدّ لنا من تهيئة امورنا قبل الميعاد بايام والبحث عن اسهل الوسائل التي تؤدي بنا الى غايتنا واضمنها ، فنسأل عن صاحب السيارة وعما اذا كان يشرب الخمرة ونتثبّت من مهارته في قيادتها ونستوثق من انها متينة سليمة الآلات الى غير ذلك من الاسئلة والمباحث

لئلاّ يقودنا جهلنا واهمالنا الى الوقوع في مصيبة تجرُّ معها الويلات والندم حين لا ينفع الندم .



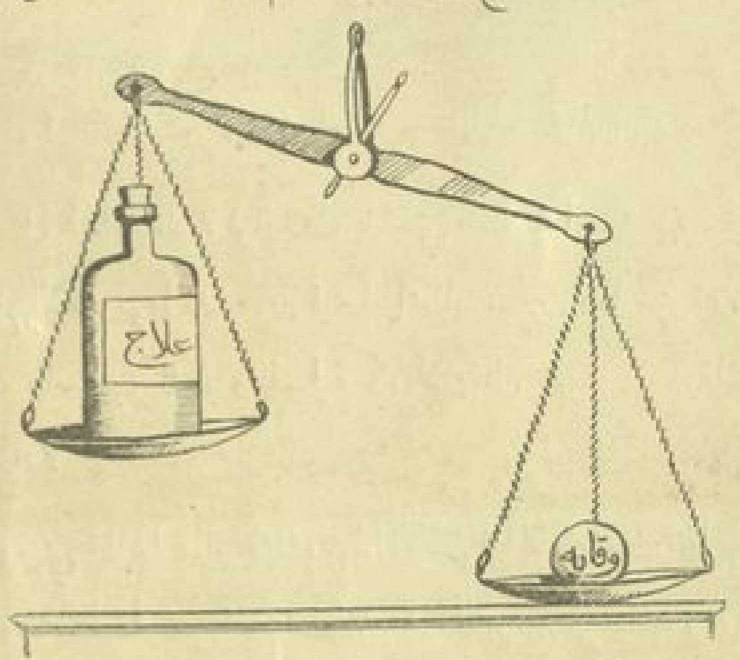
شكل ١ — ان التي تهز السرير بيمينها تهز العالم بيسارها

ولم نبعد كل هذا البعد ؟ لو اردت يا اختي القارئة احياء سهرة في منزلك الا تصرفين على الاقل يوماً تدرسين فيه اسماء المدعوّين وما ستهيئين لهم من مأكل ومشرب واسباب اللهو والتسلية كي لا يقال عن سهرتك انها « كانت باردة » ؟

ثم ولا تلوميني اذا ما صارحتك بهذا الامر ، ألا تهتمين بتقليم اظافرك وقص شعرك والاستفسار عن ادوات الزينة والتبرّج والثياب والازياء وما شاكل اهتماماً يكفل لك الراحة واعجاب الناس بك وبجمالك واثوابك ؟

فاذا كنا (ولا اقول ان الرجال اقل اهتماماً منك بامثال هذه المظاهر في حياتهم اليومية) نعير هذه الامور الاهمية الكبرى في حياتنا العادية ، أفلا يجدر بنا ان نوجه على الاقل شيئاً من ذلك الاهتمام الى هذا الموضوع الحيوي الذي طالما جرّنا جهلنا اياه الى عواقب وخيمة كان بالامكان تلافيها ؟ ألا يحسن بنا ان نطرقه بروح ملؤها الاخلاص والعلم الصحيح لتدركين ما يتوجب عليك القيام به اثناء تأديتك وظيفتك المباركة ؟ هوذا الطريق التي اختطتها لك يد الباري أفليس من الحكمة تفهم تشعباتها ومسالكها بقدر الامكان ليسهل سيرك فيها ؟ فلا حياء في العلم ، والعلم بالشيء خير من الجهل به .

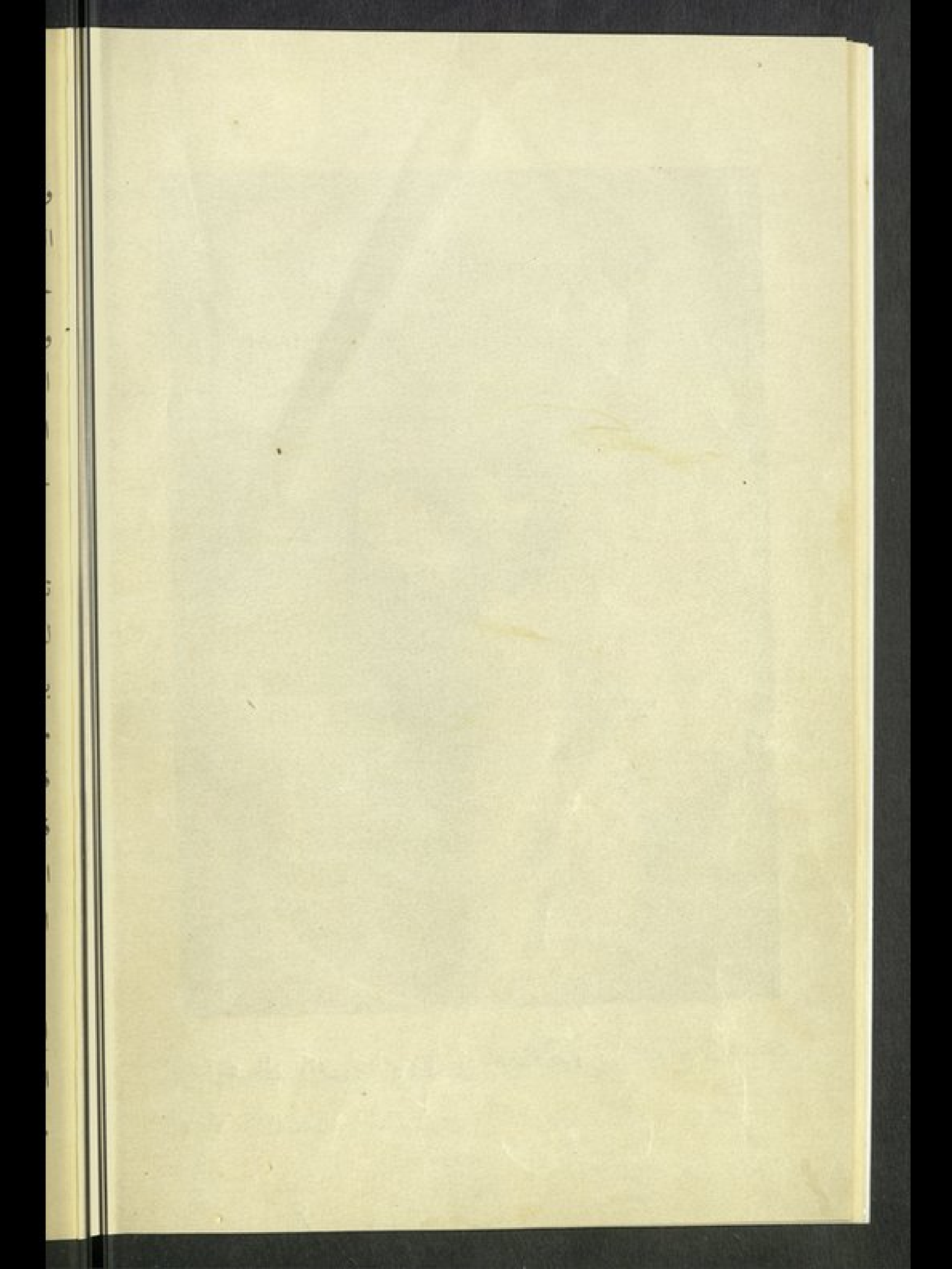
درهم وقاية خير من قنطار علاج : — يختلف الطب الحديث عن الطب القديم بان الحديث يضع الوقاية في المقام الاول فنرى من يدهم العقد



شكل ٢ — درهم وقاية خير من قنطار علاج



... وبالتالي تأتين بابنتك وهي على اهبة البلوغ او الزواج الى مخدعك الهادي ...



والحل في الامور الصحية في البلاد يهتمون بإبادة البعوض ومكافحته ليقوا الناس خطر البُرَداء (الملاريا) المسببة عن لسعته ونراهم يبذلون جهوداً جبارة في سبيل تنظيف المياه وترشيحها لمنع تسرُّب جراثيم التيفوئيد والزحار (الدزنطاريا) اليها مثلاً الى غير ذلك من الامور الواقية . وفي حياة الام التناسلية امور تسهل عليها معرفتها فتقي نفسها شر مخاطرها قبل حلول الزمن الذي تستعصي فيه او يصبح علاجها مستحيلاً او مقروناً بالخطر على حياتها او حياة جنينها .

اعرف حاملاً قوية الجسم متينة البنية في زهرة عمرها لم تكد تظهر عليها دلائل الحمل حتى التفّ حولها ، كما هي العادة في بلادنا ، لفيف من الاقارب والجارات وعلى رأسهن القابلة الجاهلة تلك تشير عليها بالامر الفلاني وغيرها بغير ذلك الى ان آن وقت المخاض والنصائح التي ما انزل الله بها من سلطان لا تزال تترى عليها والاصابع الجاهلة تتلاعب بها فاستعصى الامر وزادت الآلام وفات الاوان فأتوا بها اليّ في المستشفى فوجدت انه كان الاجدر بها ان تأتي قبل ميعاد الولادة بزمن لاخذ القياسات الحوضيه اللازمة والفحص التام فاتخذ الطرق الواقية لأسهل لها اسباب الولادة . ولو فعلت ذلك لكان طفلها الآن حيّاً يُرزق .

وللمقابلة اورد قصة اخرى . اتت حامل الى المستشفى قبل حلول وقت الولادة بزمن وبعد الفحص المدقق وجدنا انها من ذوات الحوض الضيق فنصحنا لها ان تلد في المستشفى . وعند بلوغ الاوان اتت واجريت لها العملية القيصرية فولدت بسهولة تامة ، ولو لا ذلك لكانت حياتها وحياة

طفلها في خطر عظيم .

وليس هذا كل ما في الامر ، فهنالك اشياء عديدة سنبينها في حينهـا تنقذ الوقاية فيها حياة الام وطفلهـا من اخطار جمة . اعرف حاملاً انتابها زلال الحوامل دون ان تدرك ذلك ، وانّى لها ان تدركه وهي تجهل هذه الامور ؟ وعندما ظهرت عليها اعراض الورم الزلالي بدأ الجيران (وبنات الحلال) يقولون لها « لا خوف عليك انشاء الله — كأنما الله يحبذ طرق الجهل والغباوة — فجارتنـا فلانه جرى لها نفس الشيء وفلانه ايضاً » ، الى ان استفحل الداء فكانت شهيدة جهلها وجهل محيطها .

وهنالك حادثة لا يزال استاذي الدكتور دورمن يذكرهـا وهو يتألم لتفشي الجهل بين العامة في هذه الامور وامثالها فقد دُعي مرة بعد نصف الليل لمعالجة ماخض بدأ نزف الدم معها منذ سبع ساعات (وبنات الحلال) حولها والقابلة الجاهلة تجاهها يطمئنها ويقلن لهـا « لا بأس عليك انشاء الله » الى ان دبّ الذعر في قلب الزوج فاتى بالطبيب ولكن بعد فوات الفرصة وبعد ان سبق السيف العذل فماتت الام وكان بالامكان انقاذها فيما لو استدعي عند بدء النزف .

ولو اردنا تعداد الحوادث التي للجهل فيها يد كبرى في اكثار الويلات لضاق بنا المقام . ولكن نكتفي بما اوردناه من القليل القليل ليكون عبرة لمن يعتبر . فعلى تفهّم اصول الوقاية والعناية قبل الولادة وبعدهـا تتوقف سعادة كثير من البيوت والعيلات ، وكثيراً ما تتوقف حياة الام على امر كان بالامكان تلافيه في حينه . فعسى ان يكون من خوضنا هذا الموضوع

معاً فائدة تعود بالنفع الى كل قارئ وقارئة .

كلمة الى الامهات : — الى كل ام عاقلة حكيمة ، الى كل أم تريدان تحيا حياة سعيدة وان ترى ابنتها متوفرة لديها اسباب الرفاهية والهناء اتقدم بكلمة ملؤها الاخلاص وغايتها تنوير الاذهان والحث على ما يؤدي الى تخفيف الويلات المسببة عن الجهل المتفشي الحائم حول هذا الموضوع النسائي الخطير — اليك ايتها الام الحكيمة اتقدم والامل رائدي انك تضربين بالتقاليد الضارة عرض الحائط وتتفهمين ما يجب عليك الالمام به تفهماً خالياً من الخرافات والاوهام ، وبالتالي تأتين بابنتك وهي على اهبة البلوغ او الزواج الى مخدعك الهادئ ، وتحت تأثير ذلك الجو المشبع بعاطفة الامومة تظهرين لها ما يتوجب عليها معرفته وهي على عتبة عالم جديد ، وصدقيني ان ذلك اشد تأثيراً واكثر بقاء من ان تتلقن ابنتك هذه الامور من رفيقات السوء بصورة ضارة او مغلوطة مما يجر معه الويلات الكثيرة . وتنصحين لها ان تقرأ عن الموضوع في كتب غايتها محض النصح والارشاد المقرونين بروح طيبة ونية صافية . فكلمة الام ضمن جدران المنزل الذي تحترمه الفتاة لخير واقٍ يقوم ما اعوج ويرشد الى سواء السبيل .

لا تكوني طبيباً : — ولا اقصد ان ينوب هذا الكتاب عن طبيب العيلة الخاص فالعلم الناقص يجر معه من الويلات ما لا تحمد عقباه ، انما الغاية ان تلم القارئة بما تجب معرفته عن الموضوع بطريقة تصبح فيها قادرة على التعاون مع الطبيب وخصوصاً عند غيابه تعاوناً يدرأ عنها الكثير من الاخطار ويعود اليها بمنافع جمة .

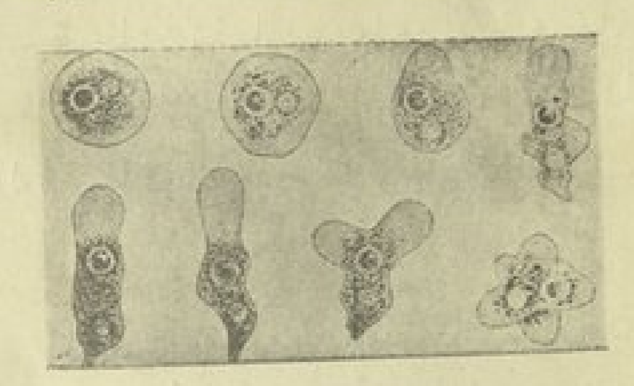
الفصل الثاني

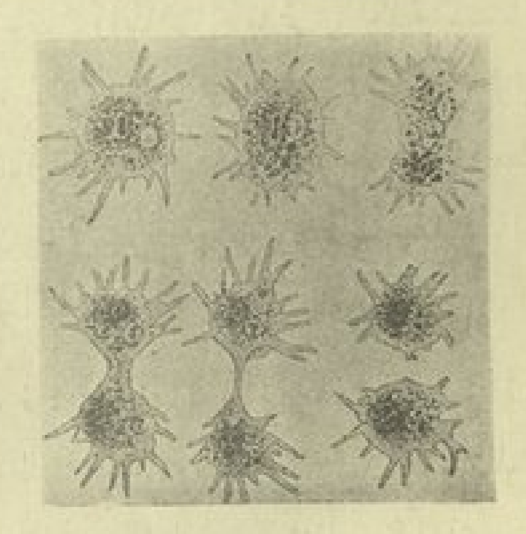
الانقسام الخلوي

روائع الكون : — كيفما اجلنا البصر حولنا نرى حكمة الباري ظاهرة في الكائنات بأسرها جمادها وحيوانها ونباتها وفي النواميس التي تربط الواحد منها بالآخر ربطاً لا يسع المتأمل فيها إلاّ الوقوف لديها مندهشاً حائراً . فهذه النجوم البعيدة مثلاً تسير كلها وفقاً لنظام ثابت لا يعتريه خلل ولا يطرأ عليه طارئ ، وهذه الكائنات حولنا كلها فيها عجائب لا تحصى ، اصبحنا بحكم العادة والالفة عن ادراك عظمتها وروعتها بعيدين . فالاميبا مثلاً وهي من اصغر المخلوقات القائمة بذاتها تعيش في الماء الآسن ولا تُرى بالعين المجردة بل بواسطة المجهر (الميكروسكوب) تحيا حياة عجيبة الحركات غريبة السكنات ، ذات اسرار دق الكثير منها عن الافهام تسيرها نفس تلك القوة التي تسير اكبر الكائنات حجماً واروعها مظهراً .

تركيبها : — تتركب الاميبا من خلية واحدة مستقلة جمعت كل العوامل الضرورية للحياة والتناسل ، فالبؤرة السوداء في وسط الشكل هي النواة ويمكننا تشبيهها بنواة البيضة في صفارها ويحيط بالنواة مادة زلالية تشبه ايضاً زلال البيض او الآح تدعى البروتوبلازما ، وحيثما توجد الحياة لا بد من وجود النواة والبروتوبلازما

كيف معيشتها : – من اغرب ما يكبره لنا المجهر الاميبا فنراها عند ما تريد مثلاً ان تتحرك نحو هدف معين طالبة مأكلاً لما يتجه البروتوبلازما





شكل ٣ – الانقسام الخلوي في الاميبا

فيها متجمعاً في الجهة المنشودة فتبرز منها نتوء مقتربة بها الى ضالتها الى ان تصل اليها . وعندها يتغير شكلها فيعينها على الالتفاف حول ما تروم اكله فتدخل المادة اليها وتهضم رويداً ... من هذا نرى ان الاميبا بخليتها الواحدة جمعت كل الصفات الضرورية للحياة كالحركة والقبض والحس والهضم

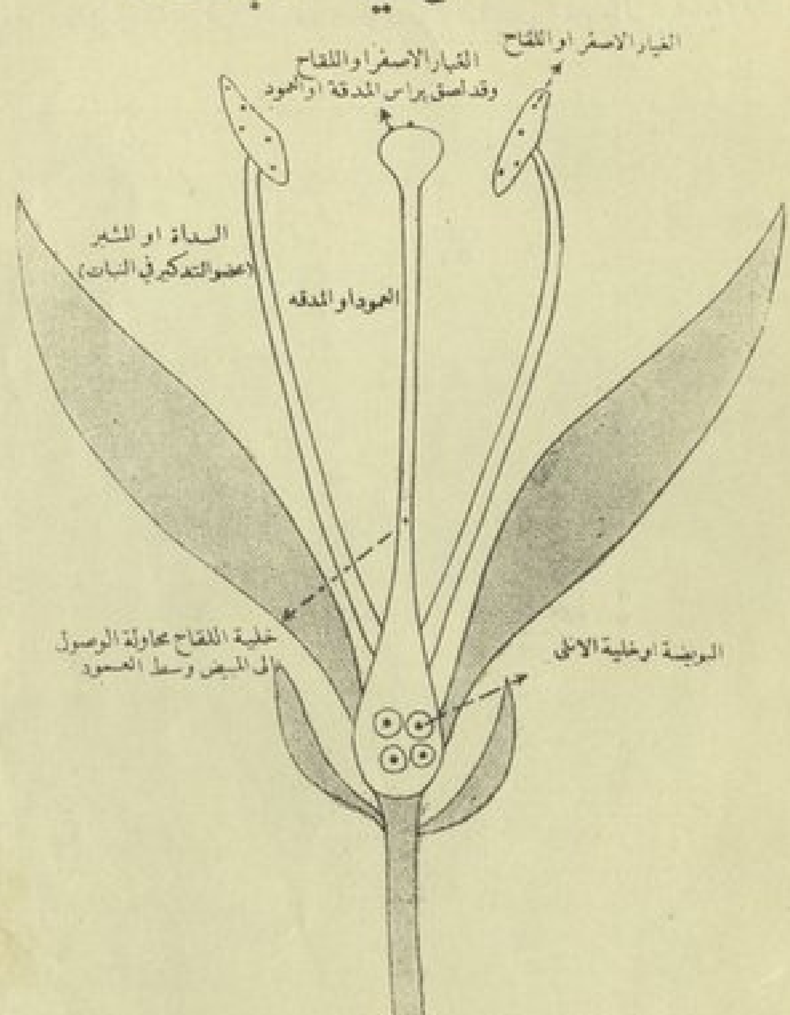
دون ان يكون ثمّت تخصص ما كما هي الحالة في المخلوقات العليا . وبعد زمن نرى تلك الخلية وقد أخذ يستطيل جانباها ويضمر وسطها كما ترى في الشكل تنقسم الى خليتين تنفصل احداهما عن الآخرى وفي كل منهما نواة مستقلة حولها البروتوبلازما . وتعيد الخلية الجديدة تاريخ الخلية الاولى الى ما لا نهاية له فيتم بذلك توالدها وحفظ نوعها بواسطة الانقسام الخلوي المذكور .

النبات : — تلك هي حياة الاميبا البسيطة والبسيطة جداً . واذا ما ارتقينا في سلّم المخلوقات رأينا ان ما تمّ في الخلية البسيطة يتم هنا مع تخصص ظاهر في وظائف الاعضاء المختلفة . فما ان يأتي الربيع حتى تنتشر الازهار في الحقول بألوانها المختلفة وتتضوّع روائحها العطرية فيهيم بها الشعراء والخياليون . ولو نظرنا اليها من الوجهة العلمية البحتة لرأينا انها ليست الا وسائل مغرية حفظاً للتناسل والتوالد في النبات كما تم في الاميبا .

تركيب الزهرة : — اذا ما اخذنا زهرة بيدنا نرى انها تتألف من اغطية مختلفة . اولا : الغطاء الخارجي وهو اخضر اللون خشن الملمس من الخارج ومن وظائفه وقاية ما تحته والزهرة لا تزال برعماً اذى العوامل الخارجية كالحر والبرد وغير ذلك . وتحت ذلك الغطاء الخارجي غطاء اخر ناعم الملمس مؤلف من اوراق عديدة تدعى بالبتلات يختلف لونها ما بين ازرق واحمر الى غير ذلك من الالوان ، ووظيفتها الاعلان عن الزهرة بلونها ورائحتها الزكية لتأتي اليها الهوام المختلفة كالنحل وما شاكل فتؤبر ما ضمنها وتلقحه كما سنورد فيما يلي . واذا ما نزعنا تلك البتلات رأينا داخلها شبه عواميد

صغيرة في رأس كل منها اكياس مملوءة بالغبار الاصفر وفي وسطها عمود هرمي (المدقة) يختلف عنها، اسفله منتفخ قليلاً يدعى بالمبيض وهو المكان الذي تتكوّن فيه البزور التي تحفظ النسل (انظر شكل ٤)

التَّنَاسُل في النَّبَات



شكل ٤ — ما الزهرة الا مجموعة الاعضاء التناسلية في النبات

التناسل في النبات: — عندما تنشر الازهار اعلامها المختلفة الالوان

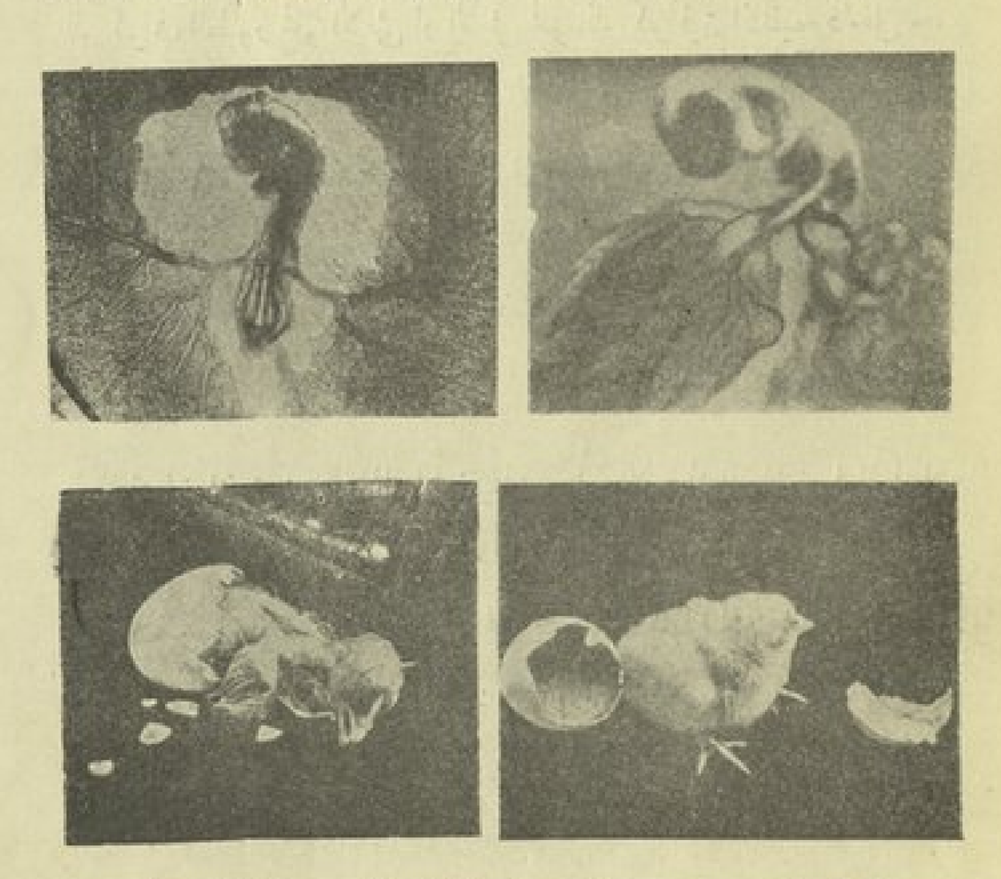
وتفوح روائحها العطرية تحس بها النحلة مثلاً فتتهافت عليها وغايتها امتصاص المادة العسلية (الرحيق) التي تفرزها الزهرة حول المبيض، وما ان تُدخل النحلة جسمها لترشف الرحيق حتى يعلق بجناحيها شيء من الغبار الاصفر في رأس العواميد . ثم تترك الزهرة هذه وتقصد غيرها لتمتص العسل منها فيقع شيء من الغبار على رأس العمود الوسطي فيلتصق بمادة لزجة هناك فيمتصه



شكل ٥ — النحلة تحاول امتصاص الرحيق من الزهرة فتلقحها

ضمن تجويفه الى ان يصل ذلك الغبار الى المبيض حيث يتحد بخلاياه التي لكل منها نواة وبروتوبلازما كما للاميبا فتأخذ كل خلية عندها بالانقسام كما تم في الاميبا ومن جراء هذا الانقسام المتواصل تتكون البزور . وبعد زمن تجف الزهرة وتيبس وتقع البزور على الارض وفي وسط كل منها جنين حوله غذاؤه لتجدد حياة النبات في الربيع المقبل وهكذا دواليك ، سنة الله في خلقه .

الطيور : - رأينا فيما مر ان اساس التوالد هو انقسام الخلية الى خلايا



شكل ٦ — . . . وبعد زمن يتفقس البيضة ويخرج منها طائرا صغيرا

تكون بها حياة جديدة ورأينا ان الزهور ليست الا اعضاء النبات التناسلية تختلف عن الاميبا بالتخصص في وظائف الاعضاء وفي الحاجة الى عامل خارجي كالنحلة مثلا او الهواء يأتي باللقاح الاصفر من زهرة الى زهرة او من الزهرة نفسها حيث يلتصق بعمود المبيض (المدقة) فينفذه فيلقح الخلايا هنالك فيستفزها الى الانقسام فتتكون البزرة . وفي الطيور نرى ان الانقسام يتم بالطريقة نفسها دون ما حاجة الى عامل غريب ينقل اللقاح الى المبيض . فالجاذب الجنسي هنا يقوم مقام حلاوة العسل في الزهور ويجذب الذكر في الطيور نحو الانثى او الانثى نحو الذكر فيتم التلقيح داخل جسم الانثى بان يدخل اليه ما يقابل اللقاح الاصفر في النبات من الذكر فتبدأ عندها الخلية بالانقسام وتنمو البيضة في مبيض الام وعند بلوغها التمام تبيضها وتحضنها مدة في العش الذي تكون قد هيأته قبلاً فيتكون الجنين ضمنها بالانقسام ايضاً تحت تأثير حرارة الحضن وبعد زمن ينقف البيضة ويخرج منها طائراً صغيراً .

ذوات الثدي : — واذا ما ارتقينا في سلم الاحياء الى ان نصل الى اعلاها نرَ ان الاساسيات التي ذكرناها آنفا في الاميبا والنبات والاطيار هي هي — ضرورة انقسام الخلية الى خلايا يتكوّن منها الجنين الجديد حفظاً للنسل . وتقوم الجاذبية الجنسية هنا ايضاً مقام حلاوة العسل في الازهار ليتم التلقيح . إلاّ ان ذوات الثدي وعلى رأسها الانسان يبلغ تخصص الاعضاء فيها اقصى مداه وفي هذا التخصص معظم الخطر الذي تجابهه الحامل كما سنرى في حينه والذي يتطلب العناية المقرونة بالمعرفة الصحيحة . ولذا

يجب علينا درس الموضوع بتفاصيله والروح العلمية رائدنا الى ما فيه الخير والفلاح ليكون لنا من درسنا وتفهمنا اياه خير واق واسمى نصير لحفظ النسل والعناية الواجبة .

ونظراً لقلة الاحصاآت الفنية في بلادنا نورد هنا بعضاً منها عن الوفيات اثناء الحمل والولادة والنفاس في الولايات المتحدة . ويجب علينا بهذه المناسبة ان نذكر ان هذه الاحصاآت ربما تزيد نسبياً عندنا اضعافا لقلة العناية وللجهل الحائم حول هذا الموضوع كما اوردنا . فقد تبين ان بين كل مئتي حامل في الولايات المتحدة تموت على الاقل واحدة و ٧ في المائة من الوفيات تحصل بين العشرين والاربعين من العمر ابان النفاس . ويبلغ عدد الوفيات في الاطفال ابان الولادة ولقلة العناية في اثناء الحمل نحواً من مئة الف في السنة ويموت نحو مئة الف اخرى في الاربعة الاسابيع الاولى بعد الولادة ، وهذا يبلغ ثلاثة اضعاف ما خسرته الولايات المتحدة من النفوس في الحرب الكبرى . والذي يهمنا من هذا الامر هو ان معظم تلك الوفيات كان بالامكان تلافيها لو اتخذت العناية المقرونة بالعلم والخبرة الصحيحين . كما وان الالوف من النساء تدخل المستشفيات كل سنة لاصلاح ما طرأ على الاعضاء من خلل في اثناء الولادة مسبب عن جهل مطبق . وقد تبيّن ايضاً ان ثلث المصابين بالعمى في هـذا العالم فقدوا لذة التمتع بنور الشمس البهي لقلة العناية عند الولادة .

اما وقد تبيّن لنا ما تبيّن فلم لا تستفيد الام وهي على اهبة القيام باقدس وظيفة واصعبها في الحياة من اختبارات العلم والطب في هذا الامر الحيوي

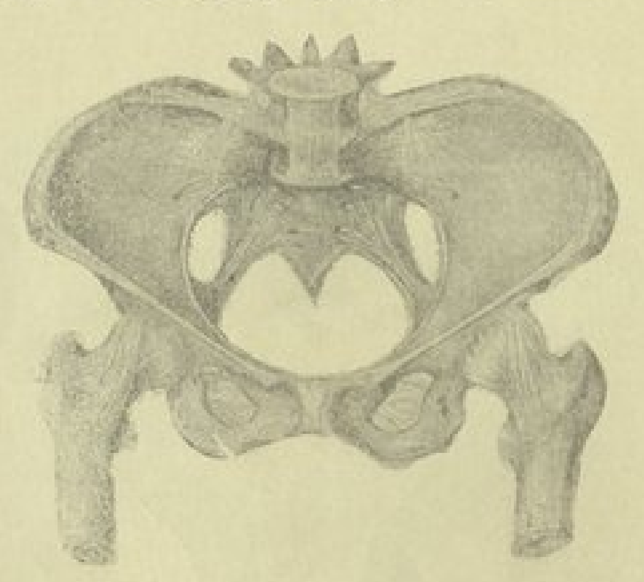
الذي عليه يتوقف بقاء النسل ؟



شكل ٧ — ان ثلث المصابين بالعمى في هذا العالم فقدوا لذة التمتع بنور الشمس البهي لقلة العناية عند الولادة

قلنا فيما سلف ان تخصص الاجهزة التناسلية في ذوات الثدي يبلغ اقصاه وان في هذا التخصص معظم الخطر الذي تجابهه الحامل والممكن تلافيه ، ولذا يحسن بنا ان نلقي الآن نظرة عمومية على هذه الاجهزة مبتدئين بالحوض.

الحوض : - ضمن الحوض اعضاء متعددة تتعاون معاً في تهيئة المحيط اللازم لتكوين الجنين . وهذا الحوض هو ذلك القسم من الهيكل العظمي القائم بين الجذع والفخذين (انظر شكل ٨) يمر وسط تجويفه الطفل في اثناء الولادة . اما مدخله من الاعلى فهو ضيق وله الاهمية الكبرى .

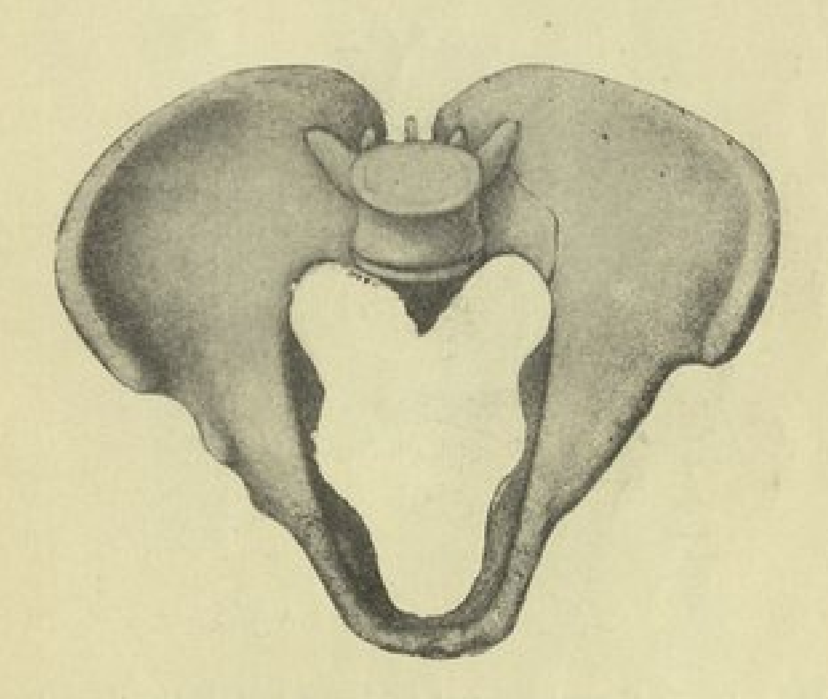


شكل ٨ — الحوض التام التركيب

ويسد فوهته السفلى او قاعه مجموعة عضلات مسطحة ترتكز عليها الاعضاء ضمنه ، ولهذا القاع ثلاثة مخارج — القناة البولية ، والمهبل ، والمستقيم .

ومما يجدر بنا ذكره انه لا يمكن بتاتاً ان يتشابه حوضان في امرأتين تماماً ونستطيع القول انه لا يمكن ان نجد في عشرين الف حوض واحداً يشبه الآخر من وجهة تناسبية ، اذ ان هنالك ميزات تختلف بها الاحواض باختلاف العمر والجنس والمحيط والمرض الذي اصاب الشخص والعمل الذي زاوله .

اهمية شكل الحوض في الولادة : — يمكننا على العموم ان نميّز اربعة انواع من الاحواض: الكبيرة ، فالصغيرة ، فالمسطحة ، فالمعوّجة . وهنالك اشكال اخرى عديدة لا يسعنا في هذا المقام وصفها انما نورد صور بعض منها مما يظهر فيه الخلل في التركيب بوضوح اكثر من سواه (أنظر

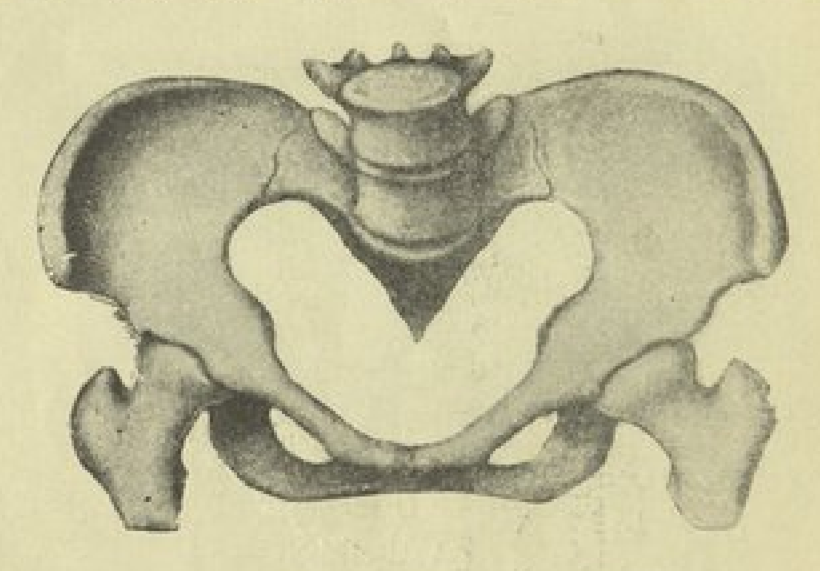


شكل ٩ — حوض مختل التركيب

الاشكال ٩ ، ١٠ ، ١٢ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٥) . ويجب ان لا يغرب عن بالنا ان للحوض المختل التركيب اهمية كبرى حين الولادة . فاذا ما كان واسعاً كثيراً نفذ الطفل منه بسرعة زائدة فمزّق بذلك الانسجة الطرية التي لم يكن لديها الوقت الكافي للتمدُّد . اما اذا كان صغيراً جداً تعسرت الولادة لعدم استطاعة الجنين المرور فيه ، وربما سبب هذا موت الام او الجنين ان لم تتخذ الاحتياطات

اللازمة . ولذا وجبت استشارة الطبيب قبل الولادة بزمن لفحص الحوض وقياسه خوفا من حدوث ما لا تحمد عقباه .

ما ضمن الحوض من الاعضاء : — ذكرنا قبلا ان وظيفة الاعضاء ضمن الحوض التعاون في تهيئة المحيط اللازم لتكوين الجنين . ولما كان

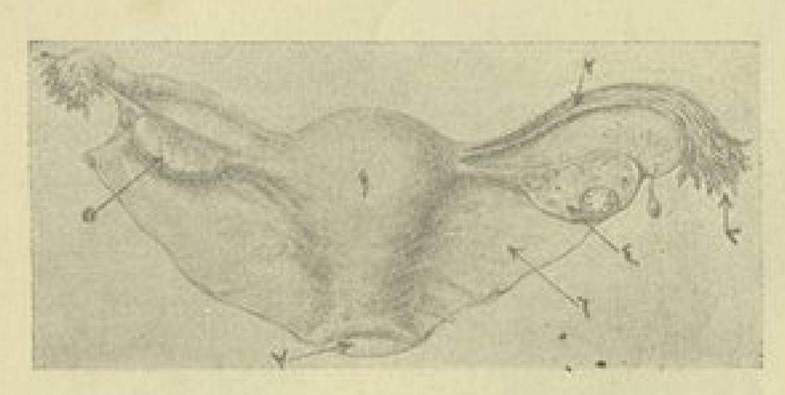


شكل ١٠ — حوض مختل التركيب

لاحياة بلا خلية تُلقح وتنقسم كما رأينا قبلاً كان لابد من اتخاذ هذه الاعضاء شكلاً وماهيةً تساعد على اتمام حادث التناسل . وهذا ما يجدر بنا الآن التعمق فيه قليلاً دون ان تخيفنا الاسماء العلمية الضخمة .

نظرة عمومية : — نظرة عمومية الى داخل الحوض تربنا الامكنة المختلفة حيث تتكون البويضة وحيث يهيأ لها مكان تلتجىء اليه (كما يهيىء العصفور عشا لحضن بيوضه) يمكننا تشبيهه بجرة مقلوبة (اي عنقها الى

الاسفل) . لنسم هذه الجرة الرحم وعنقها عنق الرحم ، ثم لنتصور انبوبين يخرجان من جانبي الجرة المقلوبة الواحد الى اليمين والآخر الى اليسار ، نطلق عليهما اسم قناتي فلوبيوس ، طول كل قناة نحو عشرة سنتيمترات ، تكبر تدريجا بابتعادها عن الرحم الى ان تنتهي بشكلها البوقي حيث تظهر اطراف

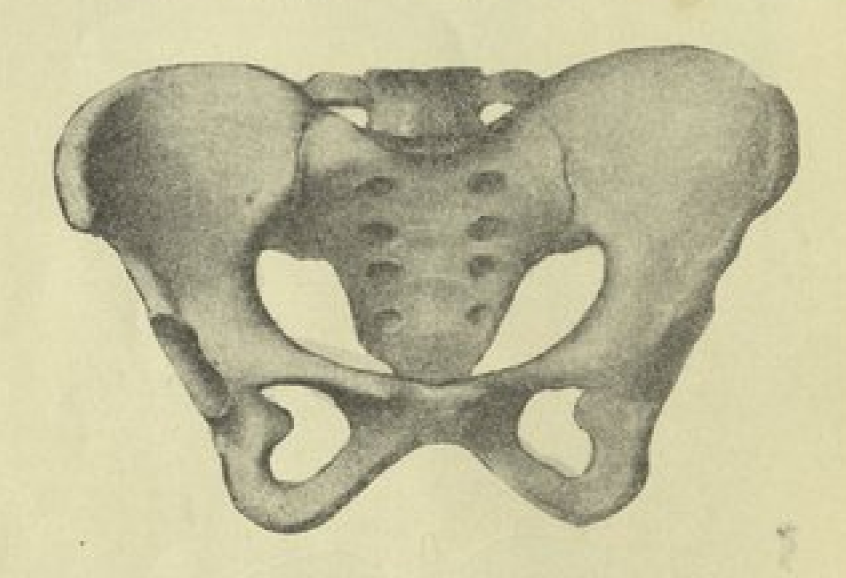


شكل ١١ — ١ — الرحم
٢ — قناة فلوبيوس
٣ — الاطراف المشرشرة
٤ — المبيض مقصوصا وفيه البويضة
٥ — المبيض بشكله الطبيعي
٦ — الرباط العريض
٧ — فوهة عنق الرحم

مشرشرة لا تبعد كثيراً عن خيطان ذؤابة (شرابة) الطربوش شكلاً . ثم لنتصور رباطين عريضين مسطحين ممتدين الى جدار الحوض ومغطيين جداري الرحم فيهما اوعية دموية واعصاب وقليل من الشحم ، يستند اليهما تحت قناتي فلوبيوس عضوان كلٌ منهما بحجم اللوزة تقريباً يدعيان بالمبيضين . ثم لنتصور انبوباً مرنا يمتد من فوهة الجرة المقلوبة اي عنق الرحم الى الخارج حيث الفرج ويطلق عليه اسم المهبل ، فيتكون معنا بذلك ممرٌ متواصل من فوهة الفرج خارجاً فالمهبل فعنق الرحم (عنق الجرة) فجسم

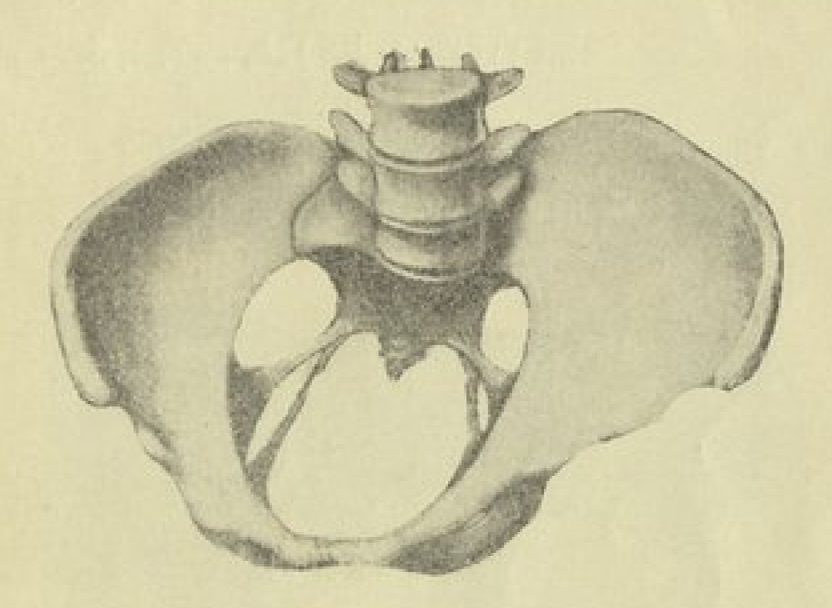
الرحم (جسم الجرة) فقناتي فلوبيوس اللتين تؤديان الى التجويف الباطني المدعو بالتجويف البريتوني (انظر شكل ١١) .

ويجدر بنا الآن قبل التعمق في درس وظيفة كل من هذه الاعضاء على حدة ان نلقي نظرة عمومية على كيفية تلقيح البويضة باختصار .

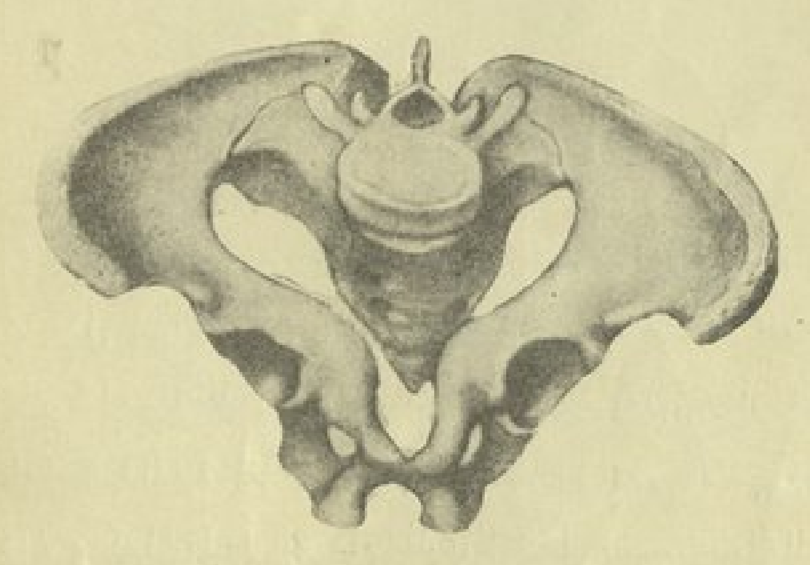


شكل ١٢ – حوض مختل التركيب

يمكننا تشبيه كل من المبيضين ببيض الزهرة الا انهما في المرأة يفرز احدهما كل شهر تقريباً بويضة صغيرة تبلغ نحواً من ۰٫۲ من السنتيمتر الواحد تلتقطها الاطراف المشرشرة في نهاية البوقين او القناتين بواسطة اهدابها المهتزة وتقذفها وسطها الى داخل الرحم . الا انها وهي هكذا لا يمكنها ان تبدأ بالانقسام الخلوي بل تنتظر تلقيح الحيوان المنوي لها آتيا من الذكر كما يلقح الغبار الاصفر بويضة الزهرة . ولذا يتم عند

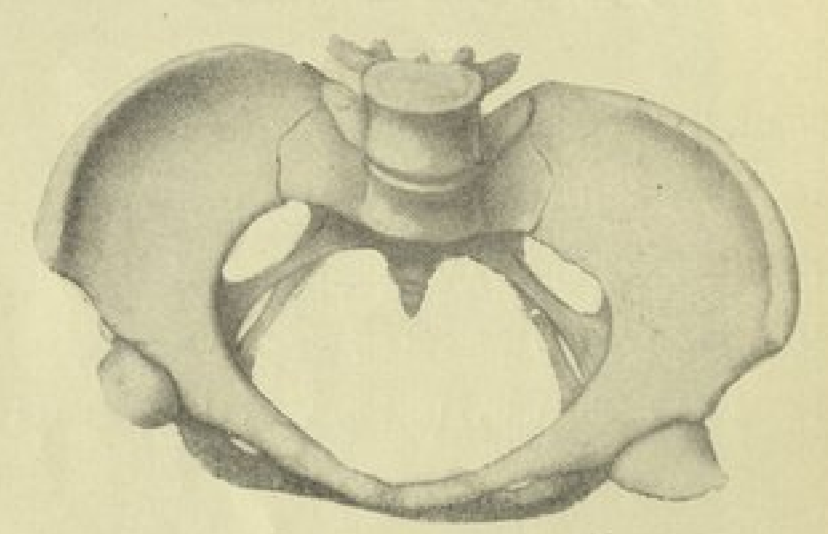


شكل ١٣ - حوض مختل التركيب



شكل ١٤ - حوض مختل التركيب

الجماع دخول الملايين من الحيوانات المنوية تقذف داخل المهبل فالرحم حيث يلتقي احدها البويضة ، وقد يتم الالتقاء داخل احدى القناتين ، فيلقحها بالدخول اليها والاندماج فيها فتلتصق بغشاء الرحم الداخلي الذي يصبح بمثابة عش لها ويبدأ فيها الانقسام الخلوي المذكور قبلاً وتطول مدته عشرة اشهر قمرية



شكل ١٥ — حوض مختل التركيب

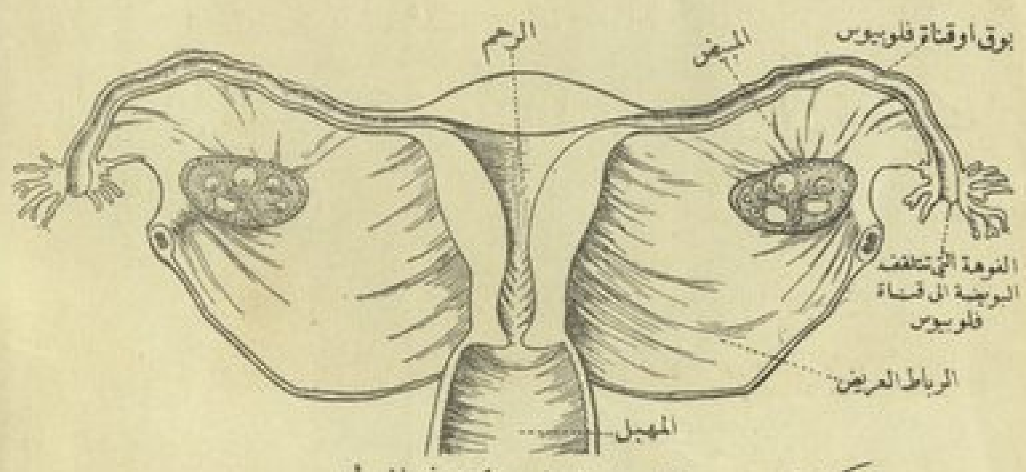
او تسعة اشهر شمسية يتكوّن منها في نهايتها جنين اهل لان يعيش عيشة مستقلة خارج الرحم .



الفَصْلُ الثَّالِثُ

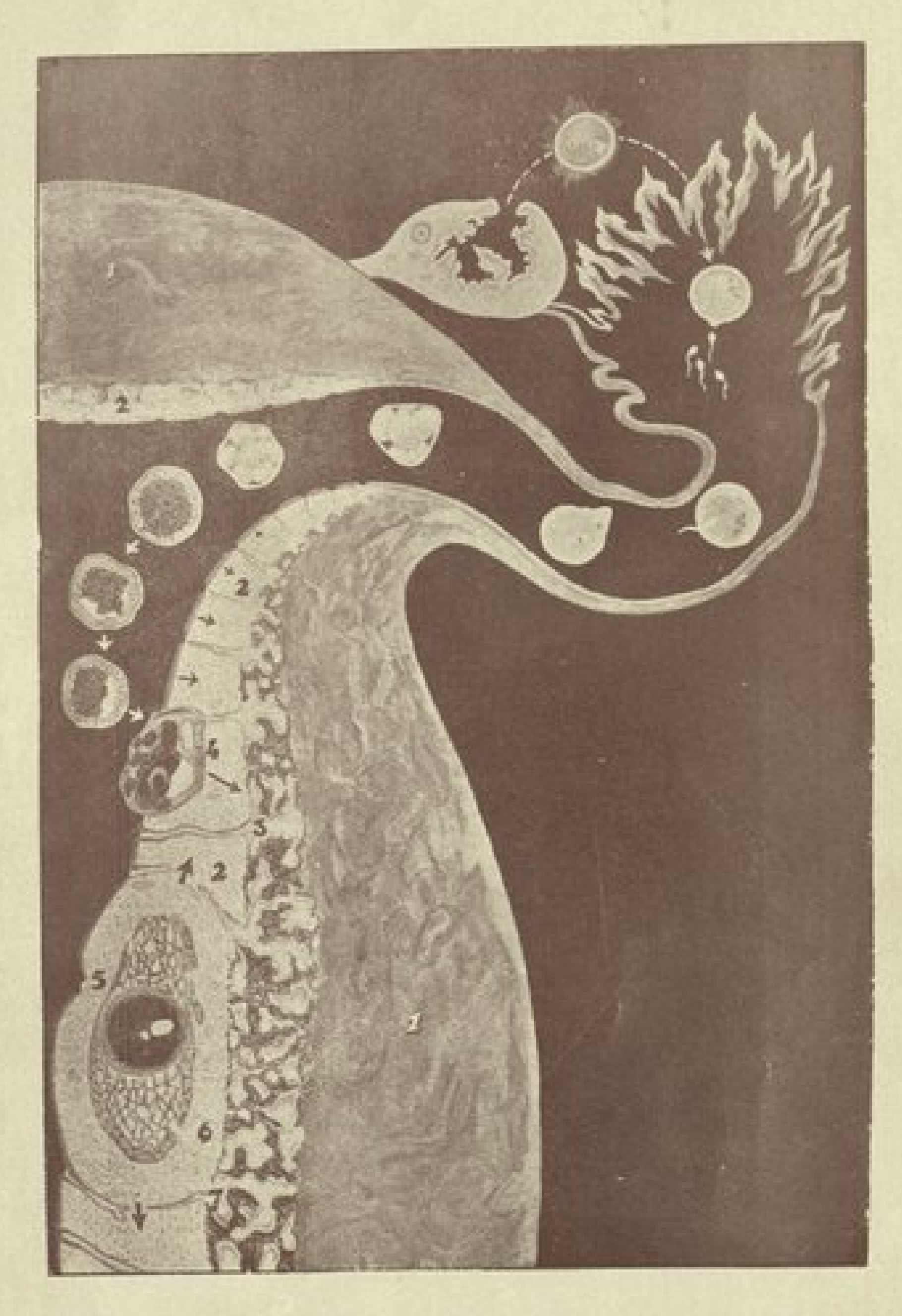
الاعضاء التناسلية في المرأة

ارجوك يا اختي القارئة ان تضعي نصب عينيك عند مطالعتك هـذا الفصل الصورة العمومية عن الاعضاء التناسلية التي ألمحنا اليها في الفصل الماضي . انك تذكرين ولا ريب الجرة المقلوبة ، اي الرحم ، او بكلمة اخرى البيت الذي سيسكنه الجنين مدة عشرة اشهر قمرية ، والقناتين والاطراف المشرشرة في نهايتهما ، والمبيضين تحتهما ، والمهبل الممتد من عنق الرحم الى الفرج خارجاً .

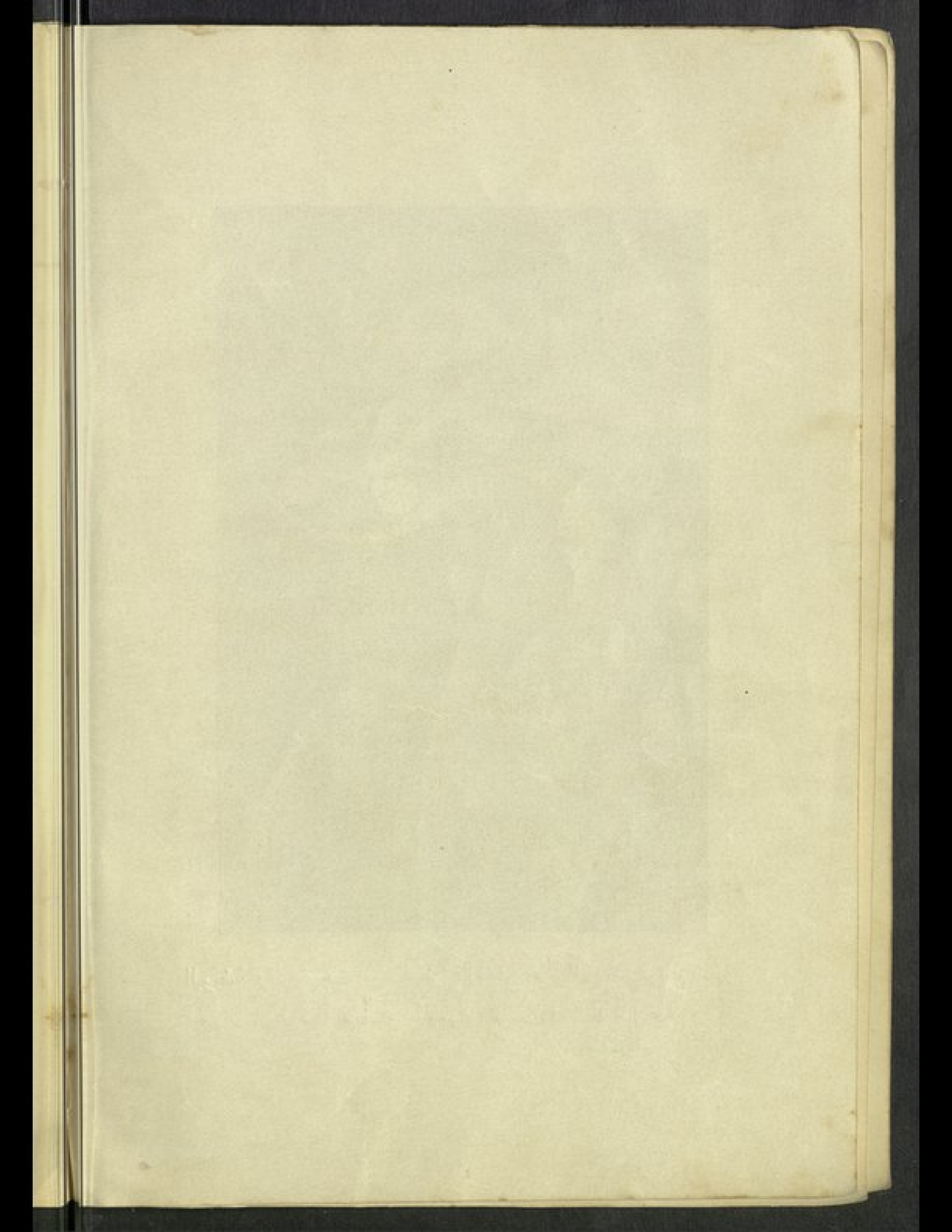


شكل ١٦ — الاعضاء التناسليّة في المرأة

ظاهرة تخافها الكثيرات جهلا : — اما وقد اعدت الى مخيلتك هـذه



البويضة وقد خرجت من المبيض فالتقطتها الاطراف المشرشرة ثم لقحها الحيوان المنوي فبدأ الانقسام الخلوي فانغرست في البطانة الرحمية .

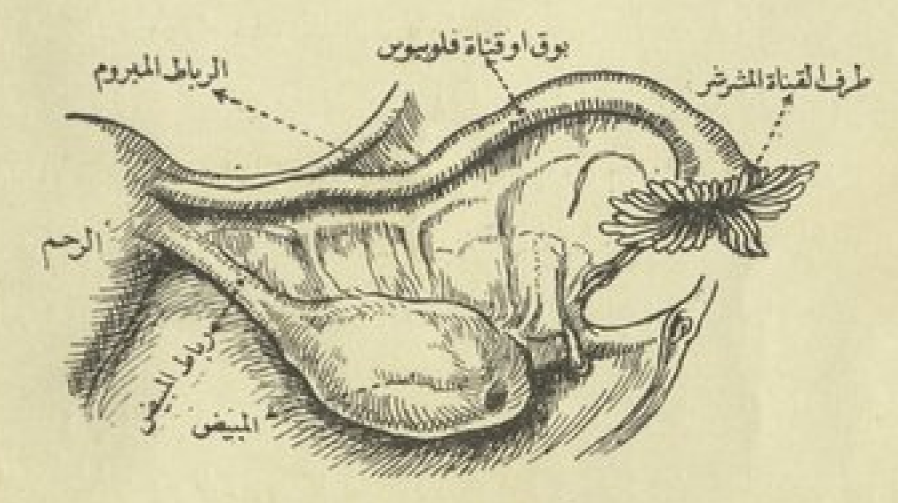


الصورة تماماً فاحب ان ابدأ بحثي في ظاهرة لا يدرك كنهها الكثيرون مع انها شيء عادي بسيط ، الا وهو سيلان دم في الفتيات عند اول البلوغ من الجهاز التناسلي يدعى بالحيض او الطمث . و كثيراً ما يداهم الخوف الفتيات جهلاً عند حدوث هذه الظاهرة لاول مرة فيتوهم البعض منهن انها مسببة عن نقص فيهن ، والبعض يمسين فريسة للمخاوف والاضطرابات فيكتمن هذا الامر عن اعز الناس لديهن ، مع انه حادث بسيط طبيعي يجب ان يتم عند البلوغ ويدل على ان الاعضاء التناسلية قد اخذت تعمل عملها المنتظم لتهيء العدة للقيام بوظائفها المختلفة . فما هو ذلك العمل يا ترى ؟

يبني العصفور عشه لايواء البيوض ويجدد بناءه مرة كل سنة ليكون اهلاً لحضن بيوض جديدة في محيط نظيف جديد . وهكذا الطبيعة بهذه الظاهرة العادية البسيطة تغير بطانة الرحم كل شهر مرة ليقوم مقامها بطانة جديدة تستقبل البويضة ، التي من وظيفة المبيض الرئيسية افرازها مرة كل اربعة اسابيع . فما السائل الطمثي اذاً إلا تلك البطانة القديمة الممزوجة بالدم تمر وسط المهبل فالفرج الى الخارج .

المبيض : — قلنا ان وظيفة المبيض الرئيسية هي افراز البويضات . الا ان له وظائف اخرى غير مفهومة تماماً منها تهيئة افرازات داخلية تسري في الدم ، وبطريقة غير مفهومة تماماً ، تؤثر في جميع انسجة الجسم وخصوصاً في الرحم وبطانتها فتسبب الطمث كما وصفنا قبلا . ومن المفيد ان نعلم ان المبيض ، وهو تلك الغدة الصماء الصغيرة ، يحوي الالوف والالوف من البويضات كل منها لو قدر لها ان تُلقح تكون جنيناً او قل طفلاً ،

ولو تم ذلك لكان لكل ام الوف من الاولاد فتضيق الارض بسكانها . الا ان هـذه البويضات على كثرتها لا يتاح الا للقليل القليل منها التلقيح فيتم بذلك توازن الجنس البشري .



شكل ١٧ — المبيض

ومن العجيب مراقبة البويضة وقد كنت غير ناضجة في الابنة التي لم تبلغ الثامنة او العاشرة من عمرها ، فما ان تتجاوز هذه السن حتى تأخذ تلك البويضة بالنمو ، فيمتلىء غلافها سائلا فيزداد حجمها ، وبازدياده تقرب الى سطح المبيض فيتمزق غلافها اخيراً وتخرج منـه الى تجويف البريتون تائهة في ظلماته . وما هو الا القليل حتى تلتقطها الاطراف المشرشرة كما ذكرنا قبلا في قناة فلوبيوس فتقذف بها داخل القناتين او الرحم حيث يهاجمها الحيوان المنوي ويلقحها . وان لم يتمّ ذلك تضيع في التجويف البريتوني .

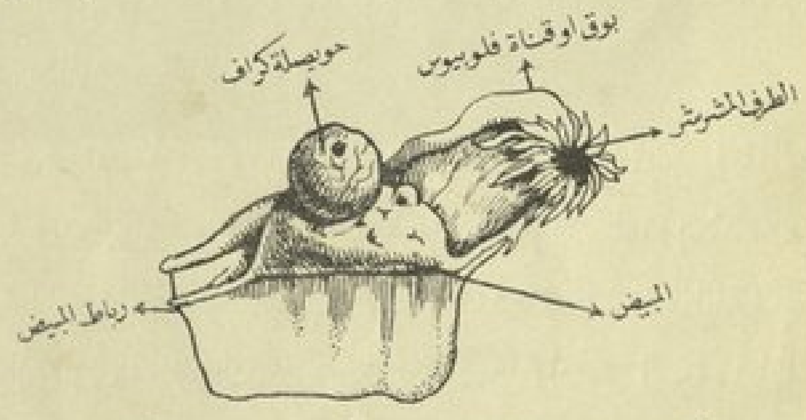
لنترك الآن البويضة وشأنها على امـل العودة اليها فيما بعد ، ولنعد الى المبيض ، واذا بنا نرى غلافها الذي تركته وراءها (ويعرف بحويصلة

كراف) يمتلىء دماً متحسراً او جامدا تتخلله خلايا ذات صبغة صفراء تشبه المادة الملونة للجزر ، تعرف عند العلماء بالجسم الاصفر ، له وظائف



شكل ١٨ — مبيض مشرح

هامة نعرف عنها الشيء القليل انما نعتقد انه بافرازاته الداخليـة يساعد على تهيئة بطانة الرحم لقبول البويضة وعلى انماء الجنين والمشيمة ، ويهيج الثديين دافعاً اياهما الى القيـام بوظيفتهما ، ويمنع افراز بويضات اخرى والطمث او الحيض اثناء الحمل ، اذ لا لزوم آنئذ لتجديد البطانة . اما اذا لم يكن ثمت

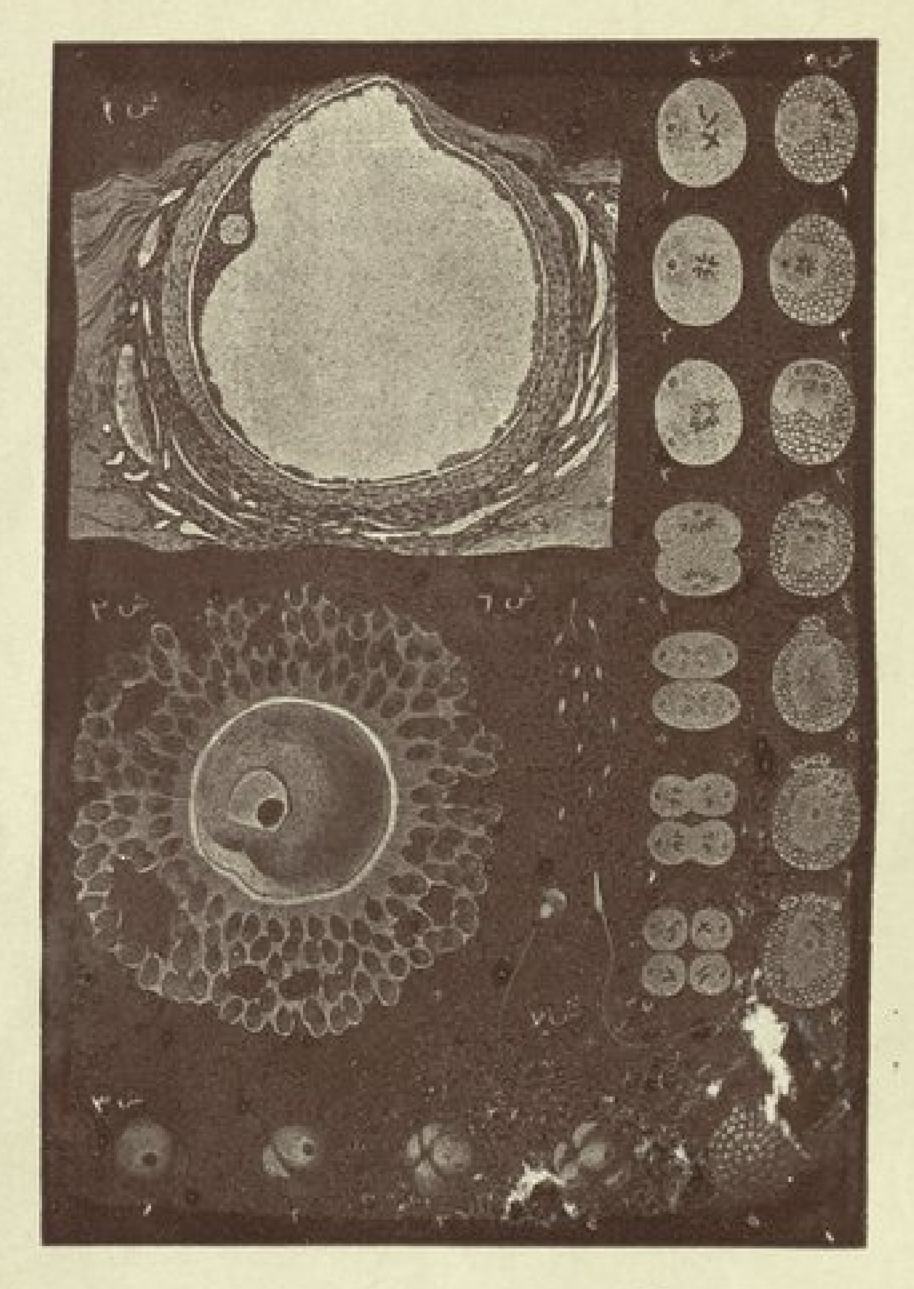


شكل ١٩ — غلاف البويضة (مكبرا) او حويصلة كراف

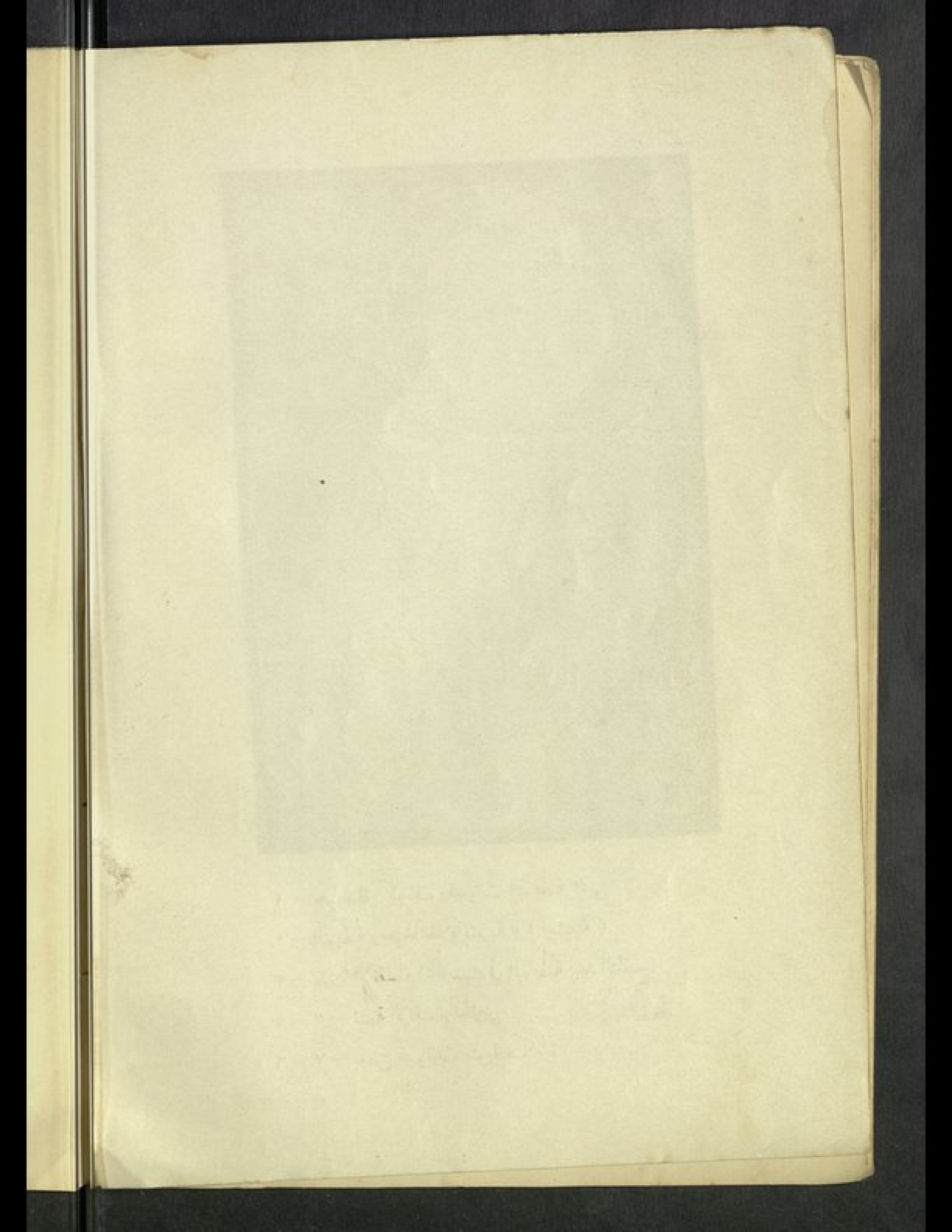
من حمل فيمتصه الجسم بعد ايام قلائل كي لا يكون هنالك عائق في سبيل افراز بويضة اخرى وتجديد طمث آخر في الميعاد التالي . فهو اذاً بمثابة حارس امين يقوم بتأدية وظيفته حق القيام ، فيمنع افراز بويضات اخرى عند الحمل بملازمته مكانه طيلة تسعة اشهر شمسية ، ويختفي عند عدم حدوث الحمل او بعده ، ليخلو الجو للمبيض فيستأنف عمله بأفراز بويضة جديدة وتجديد الطمث مرة ثانية .

البلوغ : — ومن الخير ان نذكر بهذه المناسبة بعض مظاهر البلوغ الداخلية والخارجية التي تلازم افراز البويضات والطمث ، فلا تكاد تمر السنون الاولى حتى يأخذ الاختلاف الجنسي بين الطفل والطفلة بالظهور تدريجياً فتنمو هي عقلياً وجسدياً بسرعة تفوق سرعته ، وتظهر فيها قبله تلك الصفات الانثوية التي ستميزها عن سواها في المستقبل . ولا تكاد تبلغ الرابعة عشرة من عمرها حتى تظهر فيها تلك التغيرات بسرعة ووضوح تامين . ولهذا السبب كانت حياتها التناسلية اشد مما هي عليه فيه . ولقد قالت مدام دي ستايل بهذا الصدد ما معناه « ما الحب الا حادث في حياة الرجل بينما هو العمر بكامله في حياة المرأة »

مظاهر البلوغ : — ومن اعجب مظاهر الحياة الانقلابات الجسدية والنفسية التي تطرأ على الفتاة وهي في زمن البلوغ ، اذ يتسع وركاها ويستدير ساقاها وزنداها لما تمتلىء به من المواد الدهنية ، ويتخذ جسدها استدارته اللطيفة ، ويزداد فيه كماله وانوثته ، فيبرز الثديان ويكبران ويشتدان لنمو الانسجة وزيادة المواد الدهنية فيهما ، ويزداد بروز الحلمتين وتظهر الهالة الاولية حولها . اما في الجلد



١ — حويصلة كراف وقد بانت البويضة ضمنها
٢ — البويضة وحولها خلايا بشرية او (ايثيلية)
٣ — بدء الانقسام الخلوي في البويضة بعد التلقيح
٤ — ٥ — تتمة الانقسام الخلوي
٦ — ٧ — بعض حيوانات منوية مكبرة



فالتغيرات واضحة اكثر اذ تزداد حيويته ، وخصوصاً حيوية الغدد الدهنية فيه ، مما يسبب غالباً ظهور البثور وحب الصبا . وهنالك تطورات اخرى في الاعضاء التناسلية الظاهرة نُلم بها إلماماً عمومياً فتراها تحتقن ويكبر حجمها لما تمتلئ به من المواد . وتطرأ طوارئ اخرى على القوى العاقلة آنئذ باقسامها الثلاثة — الارادة والمقدرة العقلية والعواطف — فتفقد الفتاة تقريباً مقدرة التحكم في ارادتها وتستولي عليها الظواهر الهستيرية ، وتتسع مقدرتها العقلية فتحبوها اختباراتها الجديدة نظراً الى الحياة اعمق من قبل، تشعر معه ان هنالك تغيرات عظيمة تدب في كيانها ، ويملأ نفسيتها فخرها بامومتها العتيدة . اما عواطفها آنئذ فانها تصبح قلقة فتضحك او تبكي دون ما سبب وتفرح او تحزن دون ما دافع ، ويزداد ميلها الى الشباب بازدياد شعورها بالحشمة والخجل .

وما كل هذه التغيرات الخارجية الا نتيجة تغيرات في الاعضاء التناسلية الداخلية وفي الغدد الصماء (العديمة الاقنية) فهناك الرحم آخذة بالنمو بسرعة والمهبل وقناتا فلوبيوس بالاستطالة ، والمبيضان بالافراز والتبويض، وهناك قابلية التناسل في بدئها ! الا ان الفتاة مع كل ذلك ليست بصالحة لولادة الاطفال . فقد ثبت بعد الدرس الطويل ان سن الثالثة والعشرين هي اوفق سن لاول ولادة فالحوض آنئذ يكون قد بلغ اتم نموه، والعظام لا تزال مرنة نوعاً ما والمفاصل لينة ، والعصعص اكثر قابلية للانضغاط الى الوراء ، والقناة التناسلية ناعمة مرنة ، والمرأة اكثر نضوجاً ادبياً ونفسيا .

ويتوقف اوان البلوغ وميعاد السائل الطمثي على عوامل عديدة فالطقس

الحار على ما يظهر يساعد على تعجيل حدوثهما ، فيبدأ الطمث في نساء البلدان الاستوائية قبل الثانية عشرة من العمر بينما نراه يتأخر في نساء البلدان الباردة الى ما بين السابعة عشرة والثالثة والعشرين . ولا يخرج السائل الطمثي في بعض نساء الاسكيمو الا في الصيف . ولنوع المعيشة ايضاً تأثير لايستهان به ، فالفتيات المترفهات العائشات في وسط مهيج يأتيهن الطمث باكراً ويتأخر في الفقيرات وبنات القرى والمسلولات ، وقد لوحظ ان الكثيرات في بلادنا ابان الحرب الكبرى لم يأتيهن الطمث لعدم توفر الغذاء الكافي لديهن بسبب المجاعة الفتاكة .

ويجب الاعتناء في اثناء حدوث هـذه التغيرات بصحة الفتاة العامة ومعاشراتها ومطالعاتها واستشارة طبيب العيلة عند ملاحظة زيادة او نقصان في تلك المظاهر التي وصفناها آنفاً قبل ان يفوت الاوان ، فان لكل هذه الامور وكيفية التصرف فيها علاقة هامة في حياتها التناسلية وحالتها الصحية ابان الحمل . وللرياضة البدنية ، وخصوصاً عند البلوغ ، شأن كبير وتأثير عظيم في نمو الفتاة الجسدي وتحويل مجرى ميولها الغريزية آنئذ الى ما فيه الخير لها والصلاح .

الطمث : — ذكرنا قبلا ان الطمث ظاهرة طبيعية تتكرر مرة كل اربعة اسابيع تقريباً يلازمها سيلان الدم من الجهاز التناسلي ، وتظهر معها اعراض عامة كانحراف في المزاج واضطرابات عصبية واعراض محلية كاحتقان الرحم والاعضاء المجاورة لها . وبعد مدة تتراوح بين ثلاثة وسبعة ايام يبطل السيلان ويزول تورم الرحم وتعود المرأة الى حالتها الطبيعية .

اعراض الطمث : – تختلف اعراض الطمث اختلافاً بيناً يصعب معه الحكم بانتهاء الحالة المرضية وابتداء الحالة العادية ، فلا يطرأ على معظم النساء اكثر من شعور بثقل في الحوض او ألم في الظهر يصحبه انزعاج خفيف ، انما تظهر اعراض اشد واقوى في بعضهن كصداع في الرأس وقشعريرة وحرارة وتهيّج عصبي ربما يقود الى الهستيريا في العصبيات المزاج . واحياناً يتأثر الجلد فتفوح منه رائحة خفيفة ، وتظهر عليه بثور ، وتصبح المرأة عرضة للزكام ، وتبدو حول عينيها هالتان قاتمتان ، ويصحب ذلك نمل في الثديين او ألم خفيف . وفي الاحوال النادرة تظهر اعراض كاعراض الحمل الباكرة . وقد دلت الابحاث الحديثة على امكانية دخول المكروبات الى الدم ابان الطمث ، فيجب والحالة هذه الامتناع عن الجماع آنئذ بتاتاً والاخلاد الى الراحة والسكينة حسب المستطاع ، والاعتناء بالنظافة التامة والحذر من استعمال الخرق غير النظيفة .

الشذوذ الطمثي : – ومن الخير القاء نظرة عامة على موضوع الشذوذ الطمثية لان لها علاقة شديدة بالحمل والعناية في اثنائه وبعده . فربما كانت المرأة مصابة بعسر طمث ناتج عن ضيق في عنق الرحم يعسر معه التمدد عند الولادة ، او ربما كان فيها انثناء خلقي في الرحم ينتج عنه الاجهاض ، او كان معها غزارة في الطمث مسببة عن وجود ليف رحمي (فيبروم) ، او التهاب بطانة الرحم مما يسبب عسر الولادة او تغيير مركز المشيمة ، او ربما كان معها انقطاع في الطمث مسببا عن نقص في الغدة الدرقية فتكون والحالة هذه غير مكتملة جنسياً ذات حوض ضيق . ان كل هذه

الحقائق لغاية في الاهمية وتجب ملاحظتها والعناية بها لئلا ينتج عن اهمالها تعسر في الولادة في المستقبل تتعرض معه حياة الام والطفل لخطر كان بالامكان تلافيه .

سن اليأس : — وهي الزمن الذي فيه ينقطع الطمث فيبطل معه النشاط الجنسي في اكثر الحالات ، فيبتدىء احياناً في الخامسة والعشرين من العمر ويندر ان يتأخر الى سن المئة . انما يكون غالباً بين السن السادسة والثلاثين والخامسة والخمسين ، وفي معظم النساء يمتنع الحيض بين الخامسة والاربعين والخمسين . ولذا تكون حياة المرأة التناسلية نحو ثلاثين سنة مع وجود شواذ مسجلة ولدت فيها المرأة ولها من السن ما يناهز الستين . والنساء اللواتي يأتيهن الطمث باكراً تداهمهن سن اليأس باكرا ايضاً . واحيانا يعود الحيض مرة اخرى بعد غياب تختلف مدته ، انما يحدث غالباً ان السيل يقل تدريجياً ثم يصبح غير منتظم فينقطع بتاتاً في مدة تتراوح بين ستة اشهر وسنة .

وفي الصحيحات من النساء لا تظهر امارات سن اليأس ، انما في العصبيات المزاج قد ترافقها تغيرات مزعجة من حرارة وبرودة ، وتورُّد في الوجه والجسم ، وتهيج عصبيٍ وامساك وعسر هضم وامارات عديدة كالتي تظهر عادة في بدء الطمث ، فيسمن الجسم سمناً بشعاً في الظهر والاليتين والبطن ويظهر الشعر غالباً على الوجه ، فتفقد المرأة انوثتها وتصبح اقرب شكلا الى الرجل . وكل هذه الامارات إن هي الا نتيجة ضمور وانحلال في المبيض والرحم وتغيرات في الغدد الصماء كالغدة الدرقية والنخامية الخ .

واذا ماحدث سيلان طمثي غزير بين دورة واخرى فذلك يدل غالباً

على وجود حالة مرضيـة ولذا وجبت استشارة الطبيب في الامر في احوال كهذه لانها غالباً ما تكون مسببة عن وجود السرطان او ليف في الرحم. ومن الضروري ايضاً مراجعة الطبيب عند ظهور اعراض سن اليأس لان العامة كثيراً ما ينسبون هذه الاعراض الى اسباب عادية بينما الحالة غير ذلك، ربما تستدعي المعالجة لوجود مرض خفي، وفي تأخيرها ربما لا ينفع علاج .

الرحم : — وهي بيت القصيد وعش الجنين تؤاويه طيلة تسعة اشهر

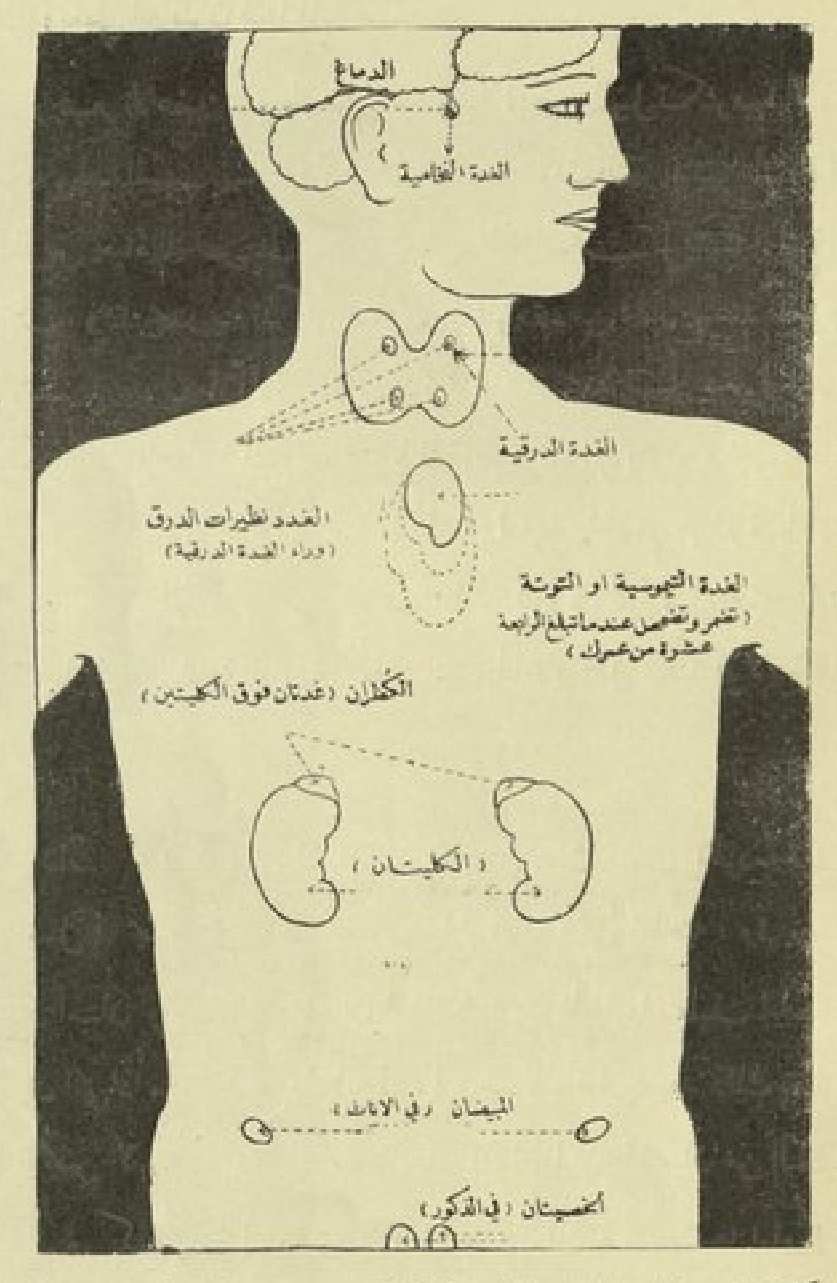


شكل ٢٠ — الجنين في الرحم والمشيمة متصلة به بحبل السرة يحيط به الماء الامنيوسي

شمسية وتحيطه بالماء الامنيوسي لتمنع عنه الاذى وتخلق له محيطاً لا تتغير حرارته.
والرحم كما ذكرنا كالجرّة المقلوبة الا انني اخشى ان يتبادر الى الاذهان انها كالجرة حجماً ايضاً في حالتها العادية . ولذا احب ان اذكّر القارئة انها لا تتجاوز السبعة السنتيمترات طولا والاربعة عرضاً والاثنين سماكةً ، وان وزنها يتراوح بين الثلاثين والاربعين كراماً . وهي عضو عضلي قوي انما تصبح مرنة وقابلة للتمدد عند الحمل ويكبر حجمها . وتقسم الى جسم وعنق والجزء العلوي من الجسم يسمى القاع ، وبسبب ملامسة حيطانها الواحد الآخر من الداخل في العذراء تفقد تجويفها وتتخذ شكلاً مستطيلا ضيقاً ومسطحاً.
وللعنق فوهة صغيرة مستديرة تسمى فوهة الرحم يمر بها دم الحيض والجنين والعصارة الرحميه في اثناء الولادة والسوائل النفاسية اي اللوخيا ابان النفاس.

يتصل القسم الاوسط من عنق الرحم بالمهبل وهو غلاف يبلغ طوله عشرة سنتيمترات ينتهي عند الجلد من الخارج بفتحة تسمى الفرج او مجموعة الاعضاء التناسلية الخارجية ، تكثر فيه الغدد الدهنية ويغطي فوهته غشاء البكارة . ويتسع المهبل عند الولادة الى ان يبلغ قطره نحو عشرة سنتيمترات فيسهل مرور الجنين وسطه . وللرحم قناتان تتفرعان الى الخارج من طرفي قاعها وتسميان قناتي فلوبيوس كل منهما بحجم ساق ريشة الغراب طولها عشرة سنتيمترات ملتوية الشكل تتسع تدريجياً بابتعادها عن الرحم الى ان تنتهي بشكلها البوقي حيث تظهر الاطراف المشرشرة .

وكل هذه الاعضاء الآنفة الذكر ذات جدران تختلف سماكتها اختلافاً بيناً وتتألف من عضلات وانسجة موصلة مغشاة من الداخل بغشاء



شكل ٢١ — الغدد الصماء او العديمة الاقنية . ومن وظائفها افراز مواد الى الدم تؤثر في حيوية الجسم ونشاطه .

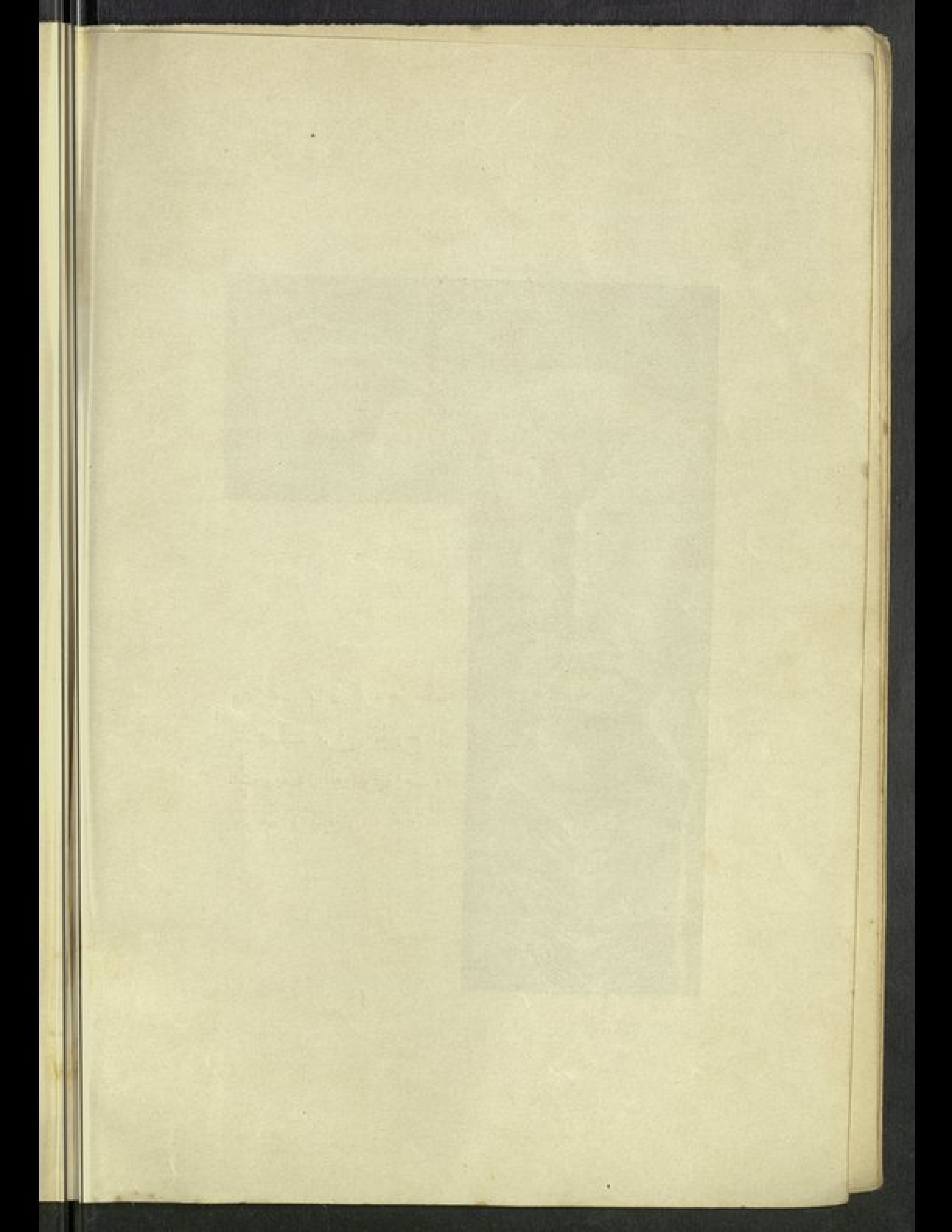
مخاطي ويغطي البريتون قسما منها .

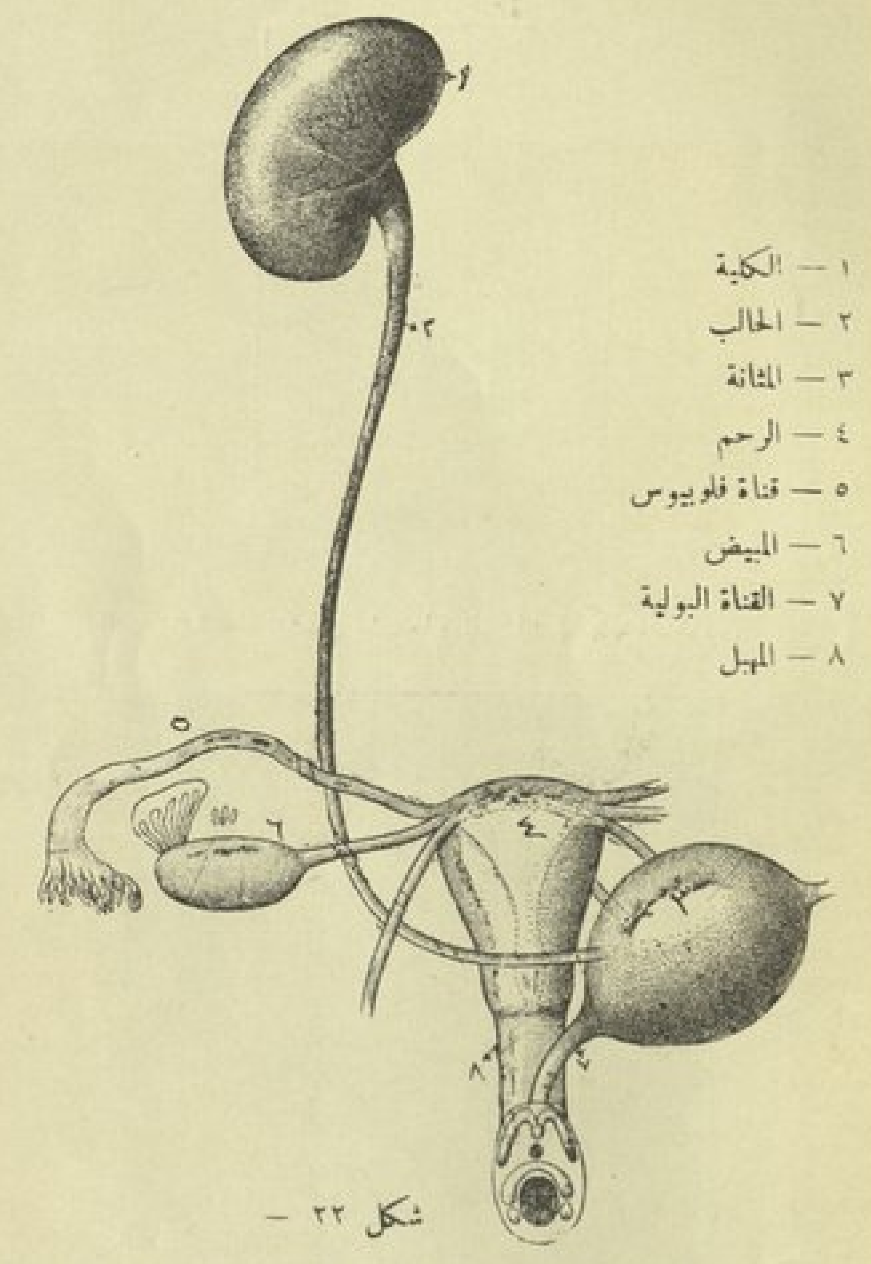
وجميع الاعضاء في الحوض وخصوصاً الرحم والمهبل تكثر فيها الاوعية الدموية ولهذا السبب يكثر نزف الدم عند حدوث التمزيقات ابان الولادة مما يعرّض حياة الماخض الى الخطر بعض الاحيان ان لم يتدارك الامر الطبيب . ومما يجدر بنا تذكّره هو الممر المؤدي من الخارج عند الفرج الى التجويف البريتوني ماراً بالرحم والقنانين ، اذ ان هذا يسهل دخول الجراثيم والميكروبات وسطه فينتج عن ذلك التهاب البريتون وغيره من الامراض . هذا عدا عن امكانية تلقيح الجسم مباشرة بالجراثيم الضارة بواسطة الجروح في الاعضاء المذكورة كلها مما يحتم علينا الاهتمام الزائد بالنظافة التامة والتعقيم اثناء الجماع والحمل وعند الولادة وابان النفاس .

المثانة : - يمكننا ان نشبه جسم الانسان ببيت قامت الخادمة فيه كل يوم تغسل ما تجمّع ضمنه من الاوساخ محافظة على نظافته . وفي جسمنا خادمان امينان او معملان صغيران هما الكليتان وظيفتهما تنظيف الجسم من الادران التي اذا ما بقيت تحدث فيه تسمماً وخيم العاقبة . وبعد ذلك يصرفان الماء الآسن الا وهو البول في انبوبين يدعيان الحالبين يتشعبان من الكليتين ويصبان في كيس عضلي رقيق صغير يدعى المثانة مركزها امام الرحم يتجمع فيها البول مدة الى ان تمتلىء فيفرّغ في انبوب بحجم قلم الرصاص يدعى بالقناة البولية يمتد منها الى الخارج .



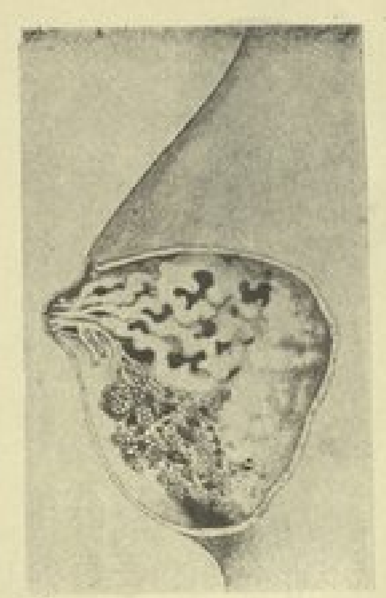
ومما يجدر بنا ذكره هو الممر
المؤدي من الخارج الى
التجويف البريتوني ماراً
بالرحم والقناتين





شكل ٢٢ —

الثديان : — الثديان هما غدتان اضافيتان للمجموع التناسلي يلعبان دوراً هاماً في الحياة الجنسية . وهما موضوعان على الوجه الامامي من الصدر ، وفي احوال نادرة جداً يكونان في امكنة اخرى من الجسم او يكون عددهما اكثر



شكل ٢٣ — الثدي مشرحا ويظهر فيه شكله العنقودي

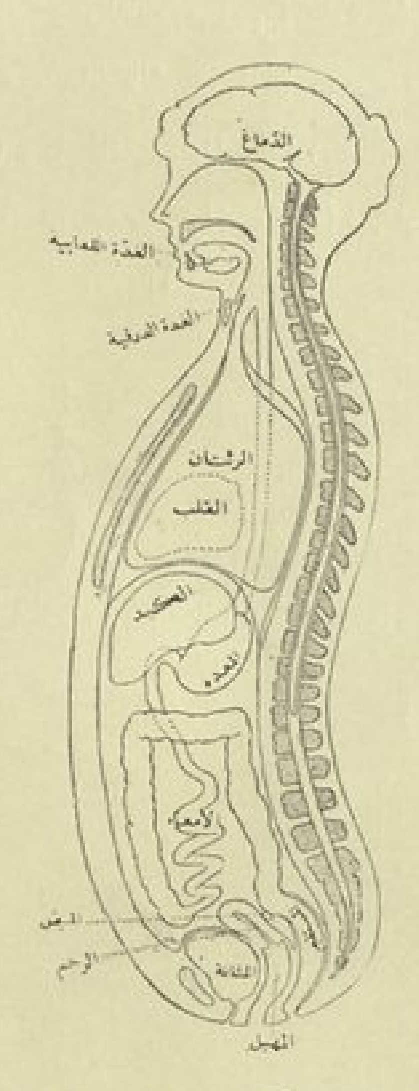


شكل ٢٤ — ثدي تحت الابط

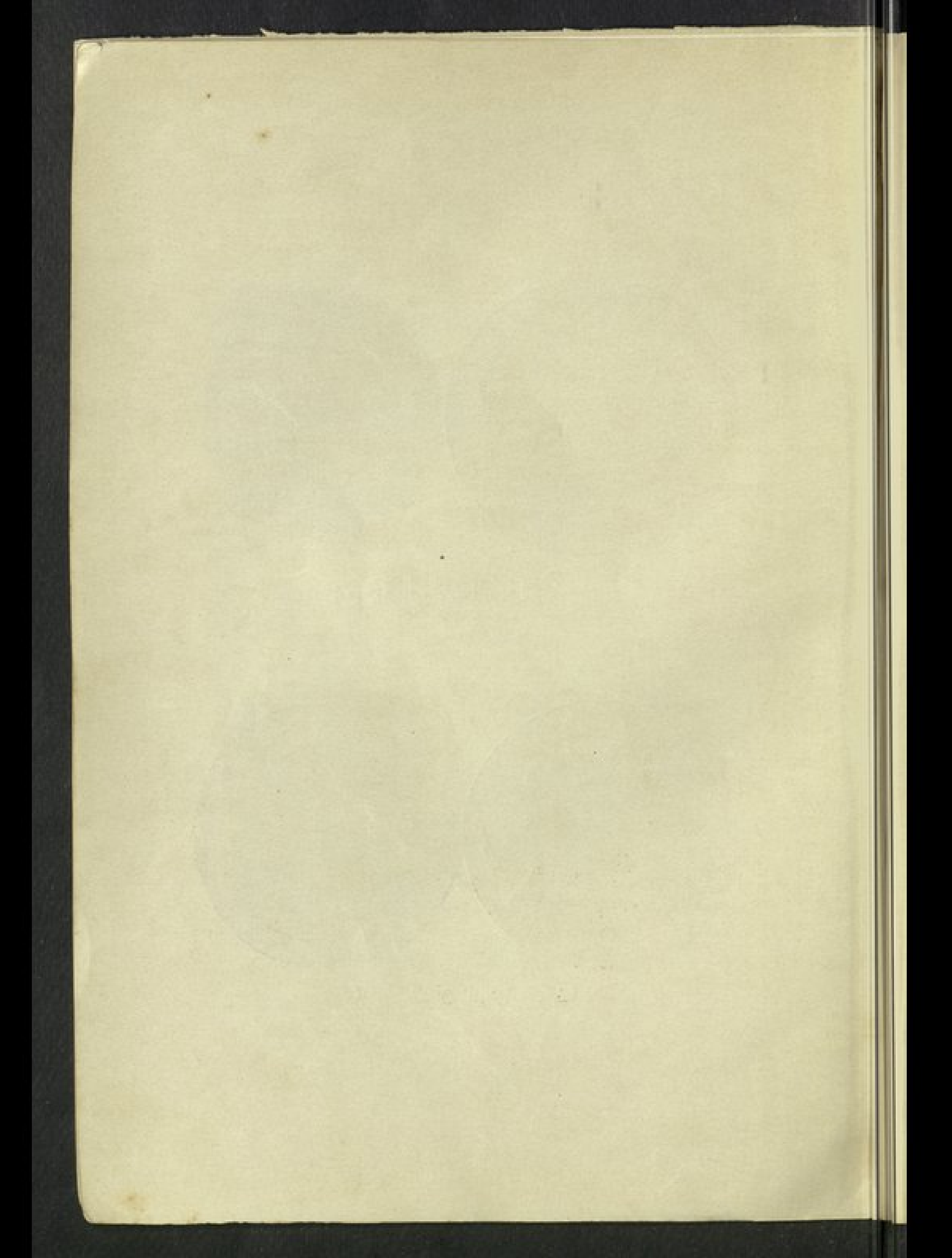
من اثنين كما حدث مرة لامرأة كان لها خمسة انداء منتشرة على الصدر والجانب والفخذ . وهما مؤلفان من نسيج غدّي نشأ عن غدد جلدية ليقوم بوظيفة اخرى ، ويختصان بالشكل العنقودي فيتركب كل ثدي من فلقات (حصص) وكل فلقة من فليقات (حصيصات) وكل فليقة من خلايا صغيرة وظيفتها استخلاص الحليب من الجسم وصبّه في الاقنية المختلفة المنتهية بثقب صغير في سطح الحلمة .

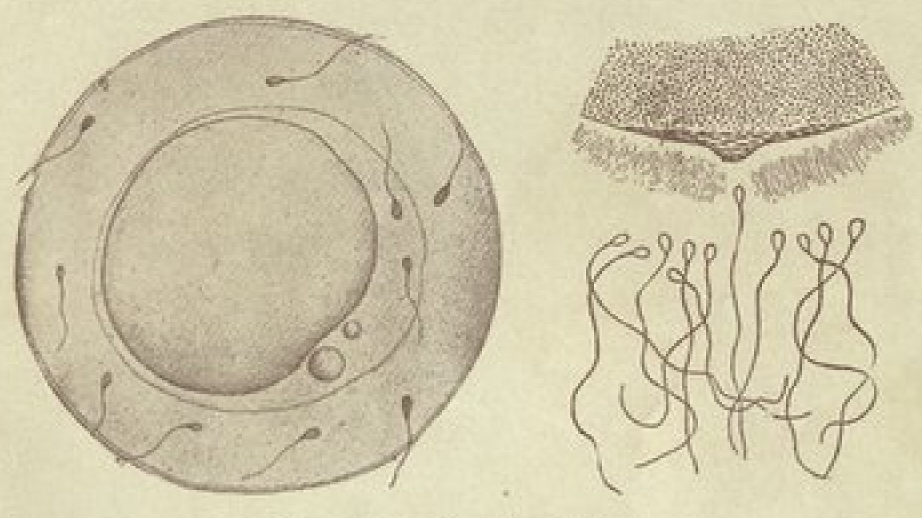
المستقيم : — يقع المستقيم وراء الرحم الى الجهة اليسرى وهو آخر قسم من الامعاء وينتهي عند الجلد بالاست امام العصعص . وهو انبوب كبير متين ملتف قليلا وله قابلية عظيمة للتمدد . ومما تهم ملاحظته هو انه عند اتجاهه صعدا من الاست يميل الى اليسار ولذا وجبت مراعاة هذا الاتجاه عند ادخال انبوب المحقنة فيه



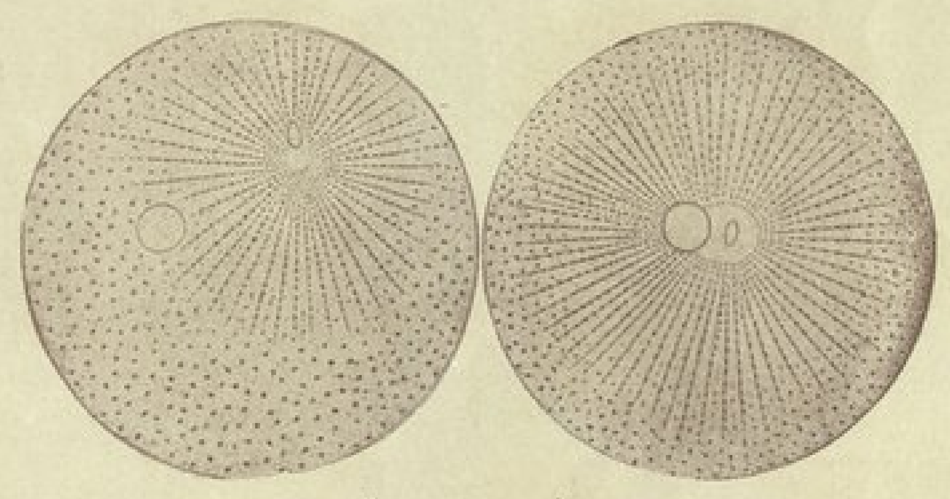


شكل ٢٥ — مراكز بعض الاعضاء الرئيسية في الجسم

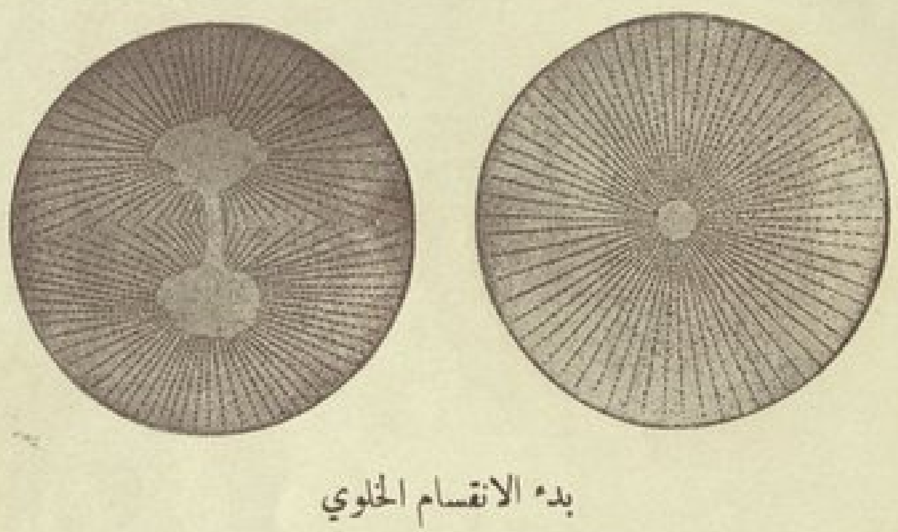




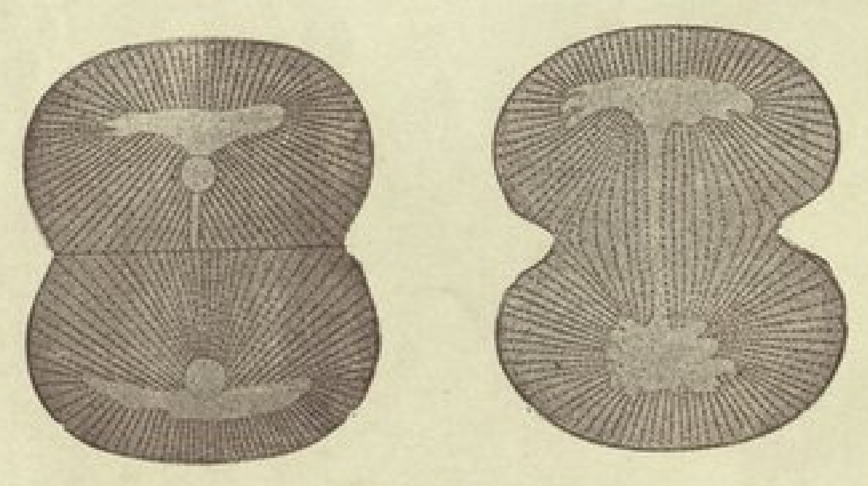
مهاجمة الحيوانات المنوية للبويضة



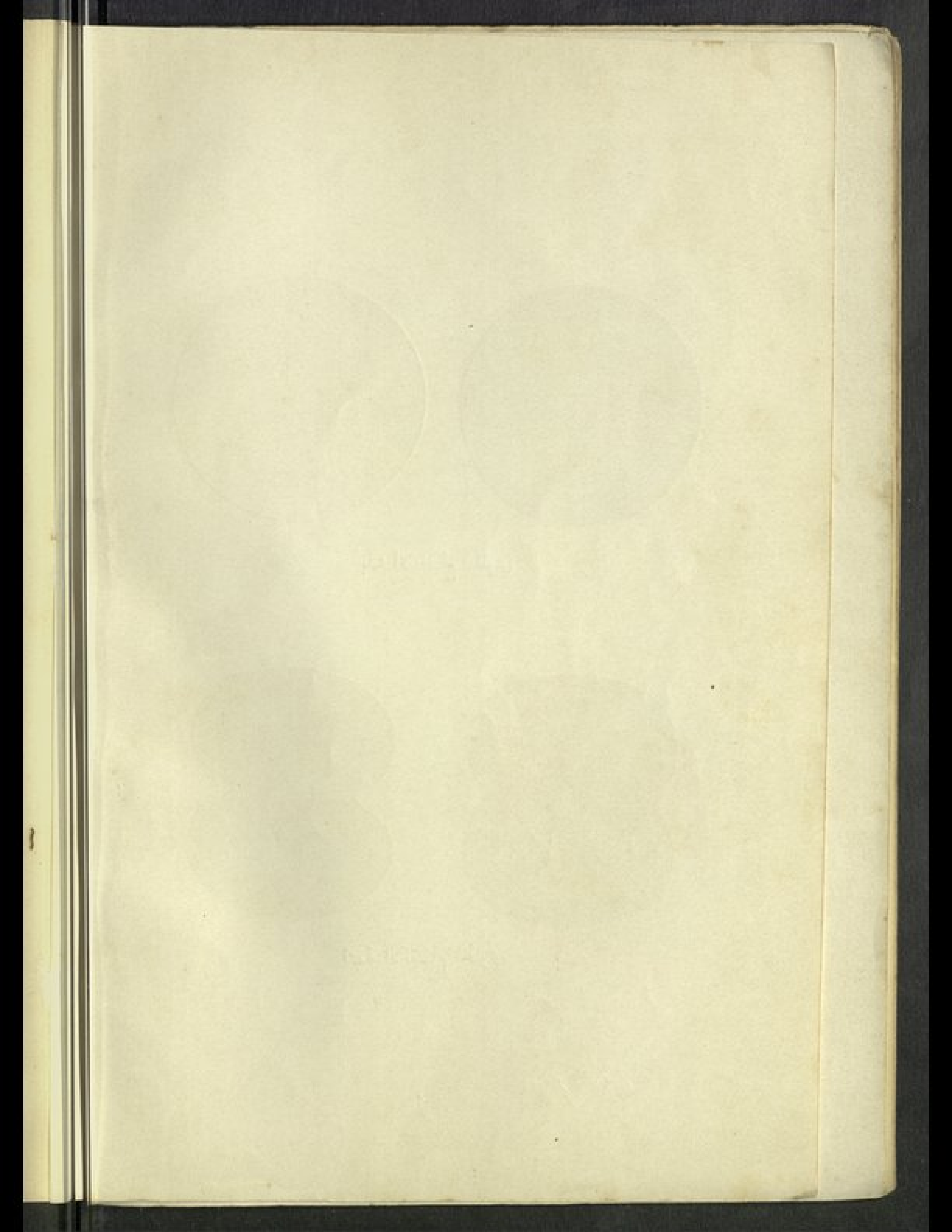
امتزاج الحيوان المنوي بالبويضة



بدء الانقسام الخلوي



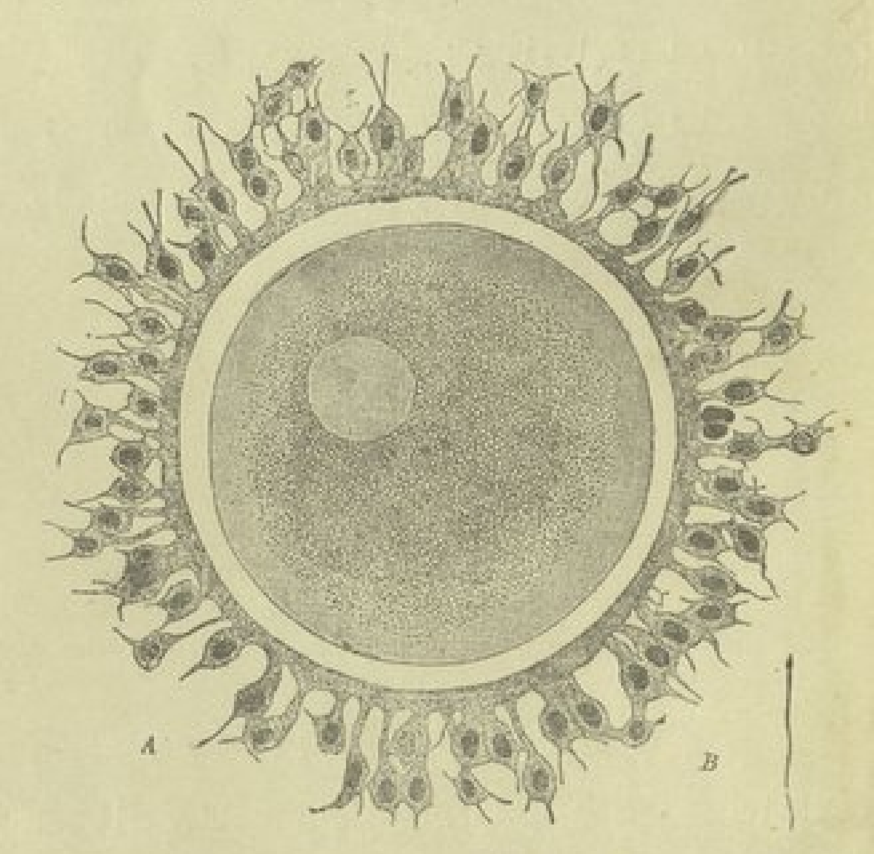
تتمة الانقسام الخلوي



الفصل الرابع

الحمل والتغيرات فى أثنائه

الحمل : — عندما يهاجم الحيوان المنوي البويضة ويلقحها ينتج عن ذلك الحمل او العلوق ويبدأ الانقسام الخلوي كما ذكرنا قبلاً . وقلنا ايضاً ان



شكل ٢٦ — بويضة مكبرة والى اليمين الحيوان المنوي مكبرا ايضا بنفس النسبة

البويضة البشرية صغيرة الحجم جداً تكاد لا ترى بالعين المجردة ، ويبلغ قطرها نحواً من ٠٠٢، من السنتيمتر الواحد ، بينما الحيوان المنوي مكرسكوبي الحجم اي لا يرى الا بواسطة المجهر (المكرسكوب) ويبلغ طوله نحواً من ٠٠٠٥، من السنتيمتر الواحد . ولتقريب ذلك الى الاذهان نستطيع القول بان المئة منه جنباً الى جنب يمكنها المرور وسط ثقب الابرة . ولهذه الحيوانات المنوية ذيول طويلة مستدقة تساعدها على الحركة بتلويها السريع فتجتاز المهبل صاعدة الى الرحم فقناتي فلوبيوس ، وفي الاحوال النادرة تتعداهما الى التجويف البريتوني .

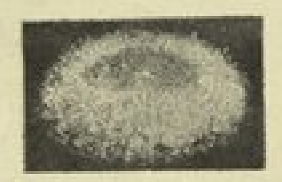
وفي كل قذفة منوية يبلغ عدد الحيوانات هذه ما يربي على ٢٠٠،٠٠٠،٠٠٠ ولا يقدر الا لواحد منها ان يتم به التلقيح ، بينما البقية تهلك ، او كما يظن البعض ، تخترق البطانة الرحمية فتؤثر في جسم المرأة بطريقة غير مفهومة



شكل ٢٧ — الحيوانات المنوية

تماماً . وهذا يبين لنا كرم الطبيعة البالغ حد الاسراف عندما تهيء العدة لابقاء النسل ، فنقف مندهشين خاشعين لدى هذه المظاهر التي بها يخلق الله

حيّاً من حي — نطفة صغيرة هامدة حوت كل معدات الحياة لا تكاد تلقح حتى يدب فيها النشاط الخلوي فتبدأ بالانقسام ويتكون منها مخلوق عاقل مدرك على مثالك ومثالي يسمع ويرى ويحب ويبغض ويغوص في بحر هذا الوجود فيدرك اسراره ويسخر قواه لخدمته، قدرة عجيبة رهيبة تريك عظمة



شكل ٢٨ — البويضة في الاسبوع الثالث من الحمل بحجمها الطبيعي

الباري وحكمته الخالدة في كل زاوية من زوايا الكون ·

يتم اتحاد الحيوان المنوي بالبويضة ، في معظم الاحيان ، اما في قناة فلوبيوس او في الرحم ، وعلى الغالب في القناة · وعند ذلك تلتصق البويضة الملقحة ببطانة الرحم المخملية فتطرأ عليها تغيرات مختلفة من جراء الانقسام

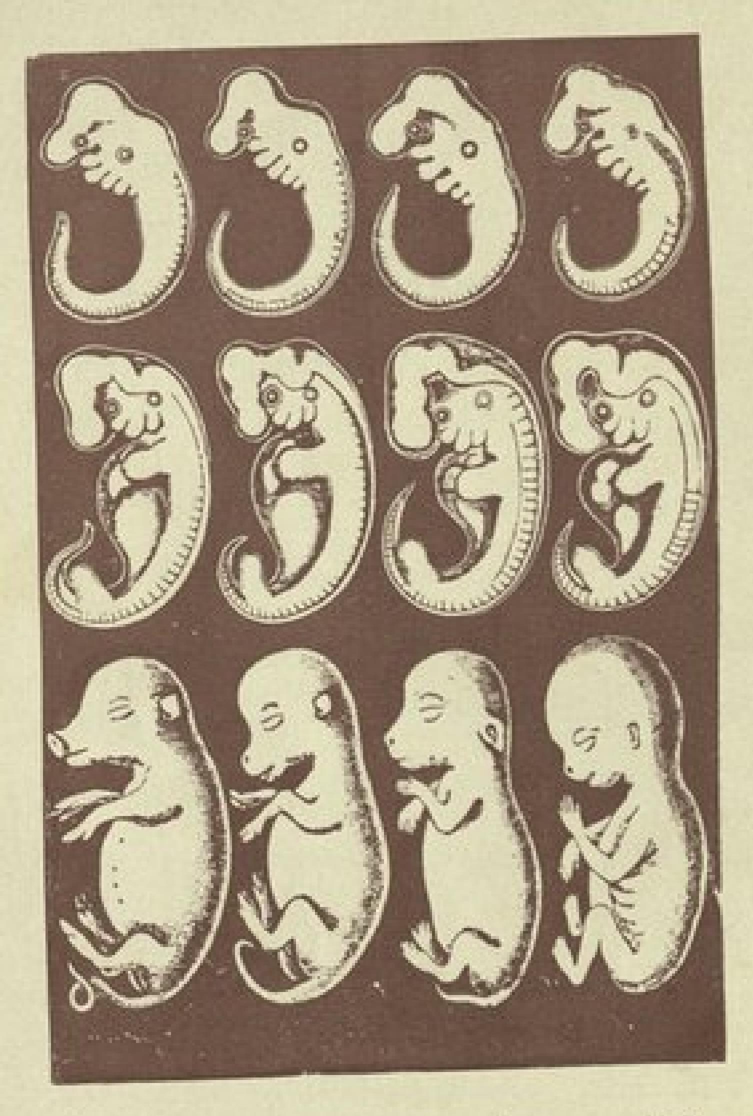


شكل ٢٩ — البويضة في الاسبوع السادس من الحمل بحجمها الطبيعي

الخلوي تلازمها تغيرات اخرى في جسم المرأة فينقطع الطمث وتظهر في البطانة التطورات الملازمة للحمل ·

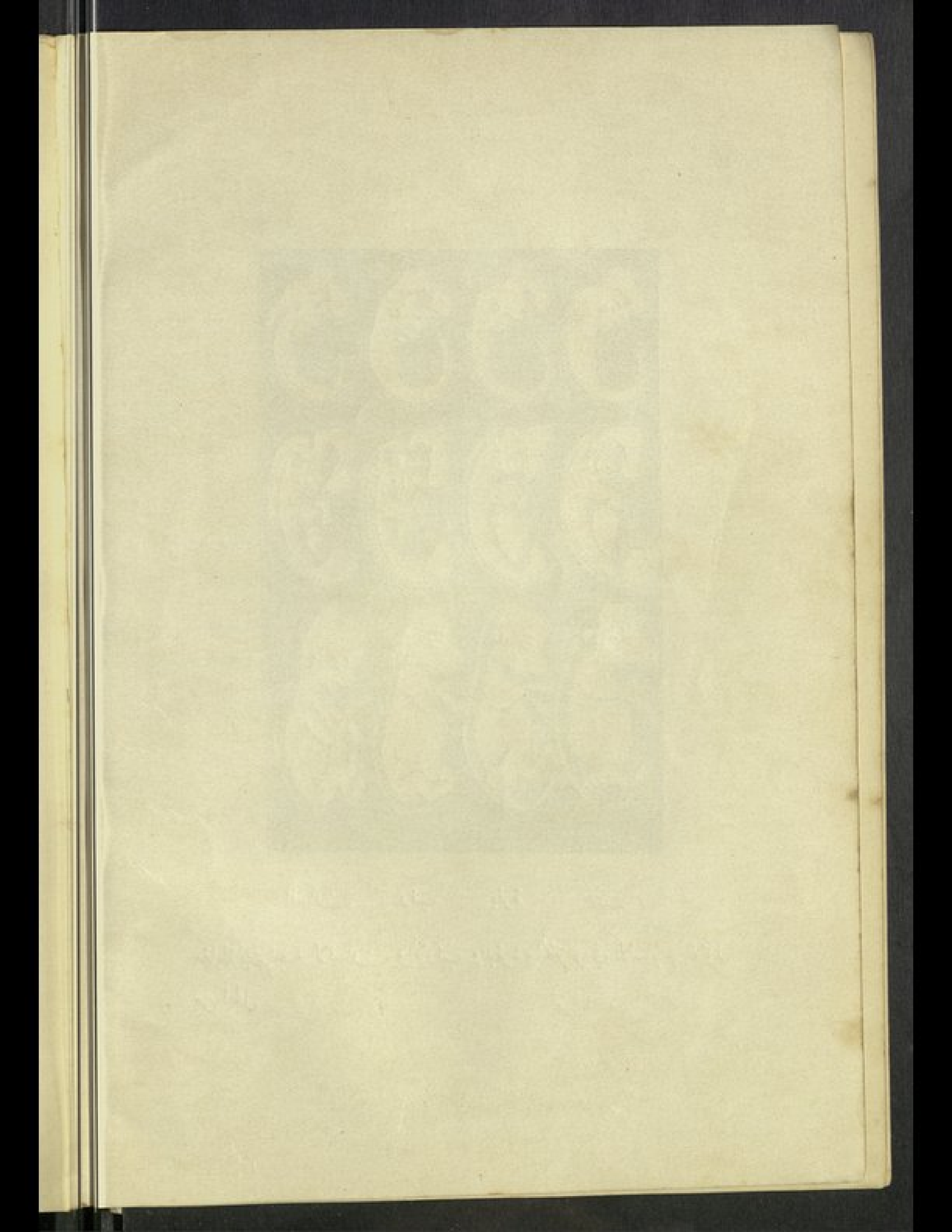
ولا نعلم تماماً متى يبتدئ الحمل انما تدل الاختبارات السريرية على امكانية حدوثه في اي وقت من الشهر ، ويرجح انه يبتدئ في منتصفه ، اي في الزمن الذي تنفجر فيه حويصلة كراف . وربما بقي الحيوان المنوي كامناً في القناة مدة منتظراً نضوج البويضة فيهاجمها ويلقحها . كما واننا لا نعرف ايضاً ما هي العوامل التي تعين جنس المولود إن ذكراً او انثى ، فالبعض يقولون ان ذلك مرجعه البويضة والبعض الحيوان المنوي وغيرهم يذهبون في هذا الى ان التعيين يتم عند الحمل والله اعلم . الا اننا نعرف ان هنالك نسبة ثابتة بين المواليد ذكوراً واناثاً تعم الكون بأسره أحصيت فوجدت انها كنسبة ١٠٥ : ١٠٠ تدل دلالة واضحة على ان ثمت ناموساً لا نزال نجهله حتى الان ولا اثر للصدفة فيه يدلنا على حكمة الخالق العظيم حاجبه عن أفهام البشر .

الا انه مع كل ذلك لم يأل الباحثون جهداً في محاولاتهم اماطة اللثام عن ذلك السر العظيم والتنبؤ عن جنس المولود . والبعض ذهبوا ابعد من ذلك وغايتهم التأثير في تعيين الجنس ولكنهم عبثاً كانوا يحاولون . فقد درس (سيكل) ثلاث مائة حادثة لنساء عاد رجالهن اليهن ابان الحرب الكبرى لفرصة قصيرة استنتج منها ان ٨٤ ٪ من المولودين كانوا ذكوراً عندما تم الحمل في الايام العشرة الاول بعد انقطاع الطمث وان ٨٦ ٪ كن اناثاً عندما كانت المدة تتراوح بين خمسة عشر يوماً وخمسة وعشرين . ويؤيد اختباري هذا الاستنتاج لدرجة محدودة ·



انسان ارنب بقرة خنزير

مقابلة بين اجنة الانسان والارنب والبقرة والخنزير في الاسابيع الاولى من الحمل



وبعد اسبوعين من التلقيح تكبر البويضة فتصبح بحجم حبة الحمص. وفي نهاية اربعة اسابيع تكون بحجم حبة البندق فتبدو بشكل كيس بغشاء غطاء كث ذو خيوط مخملية صغيرة تدعى الخمل وظيفتها ان تمتص من سطح الرحم الغذاء والاكسجين لتغذي بهما الجنين الذي بالكاد يمكننا آنئذ اطلاق هذا الاسم عليه . وفي نهاية ثمانية اسابيع تبلغ حجم ليمونة الحامض ، فنرى ان سطحها قد اخذ بالتخصص فقسم منه وظيفته حماية محتوياتها مما يضرها ، وهو كناية عن غشاء رفيع لماع اخضر اللون قليلاً . والقسم الاخر وظيفته التغذية وهو عبارة عن كتلة صوفية سميكة تشغل نصف سطح البويضة ينمو فيما بعد ويكون المشيمة ، ووظيفتها تقديم الغذاء للجنين وازالة افرازاته . وكلا القسمين ، اي الغشاء والمشيمة ، يكونان شبه كيس يحتوي سائلاً يغوص فيه الجنين ويحجب عنه العالم الخارجي يدعى السائل الامنيوسي ، ويعرف عند العامة بماء الرأس فيقولون عند الولادة « طقت مية الراس » عند انفجار الكيس وخروجه منه كما سنرى فيما بعد .

وفي نهاية ستة عشر اسبوعاً يبلغ حجم الجنين مقدار قبضة الرجل فيبدو بشكل مصغر لما سيكون عليه عند التمام ، اي في نهاية تسعة اشهر شمسية حين تكون الرحم كالبطيخة حجماً وشكلاً وداخلها الجنين وقد تم نموه وتهيأ للخروج من بطن امه ورأسه الى الاسفل (شكل ٣١). اما المشيمة فتثبت غالباً ، بعد ان يكون قد تم نموها ، في جانب الرحم بعيدة عن العنق الداخلي ، يصلها بالجنين حبل السرة وهو حبل بثخن الاصبع الصغيرة كثير

الالتفاف يمر وسطه شريانان ووريد تتخللها وتعلوها مادة هلامية تدعى هلام (هوارتن). اما السائل الامنيوسي فيكون منه غالباً ما يكفي لان يملأ الفراغ بين جسم الجنين وسطح الرحم من الداخل (شكل ٢٠).



شكل ٣٠ — الجنين في الاسبوع الثاني فالثالث فالرابع فالخامس مصغرا (من اليسار الى اليمين)

في نهاية الاسبوع الرابع او الشهر القمري الاول يبلغ طول الجنين مليمترين ونصف المليمتر . وتظهر فيه الحوصلة السرية او الكيس المحي الذي ستتكون منه الامعاء دون ان يكون أثر لحبل السرة ، والقلب فيه عبارة عن انبوب منتفخ نابض

وفي نهاية الاسبوع الثامن او الشهر القمري الثاني يبلغ طوله نحو ٣ سنتيمترات فيبدو الانف وتظهر العينان والكبد وتبين الاطراف (اليدان والرجلان) كاستطالات برعمية .

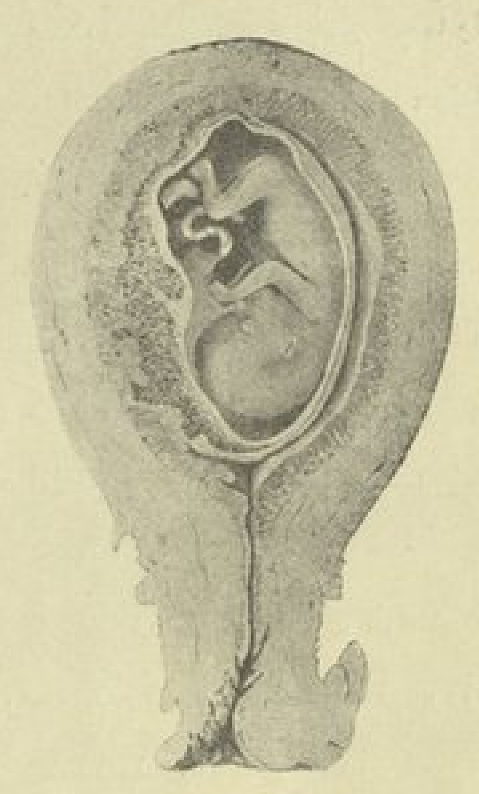
وفي نهاية الشهر القمري الثالث يبلغ طوله نحو ٩ سنتيمترات ويزن نحو ٢٠ كراماً وتظهر فيه السرة مقفلة وقد استطال حبلها وتبدو الصفراء في

الامعاء . اما الرأس فيكون بقدر بقية الجسم حجماً وتبين اصابع اليدين والرجلين والاعضاء التناسلية ويبدأ تكون الهيكل العظمي وبعض الاسنان احياناً .

وفي نهاية الشهر القمري الرابع يبلغ طوله نحو ١٨ سنتيمتراً ووزنه نحو ١٢٠ كراماً . فنلاحظ ان الرأس لا يزال كبيراً جداً ، والجلد اصبح احمر شفافاً تبين فيه شبكة الاوعية الدموية وقد علاه الوبر . وتظهر داخل الامعاء مادة صفراء هي غائط الجنين ، ويمكن للحامل عندها الشعور بحركته في احشائها .

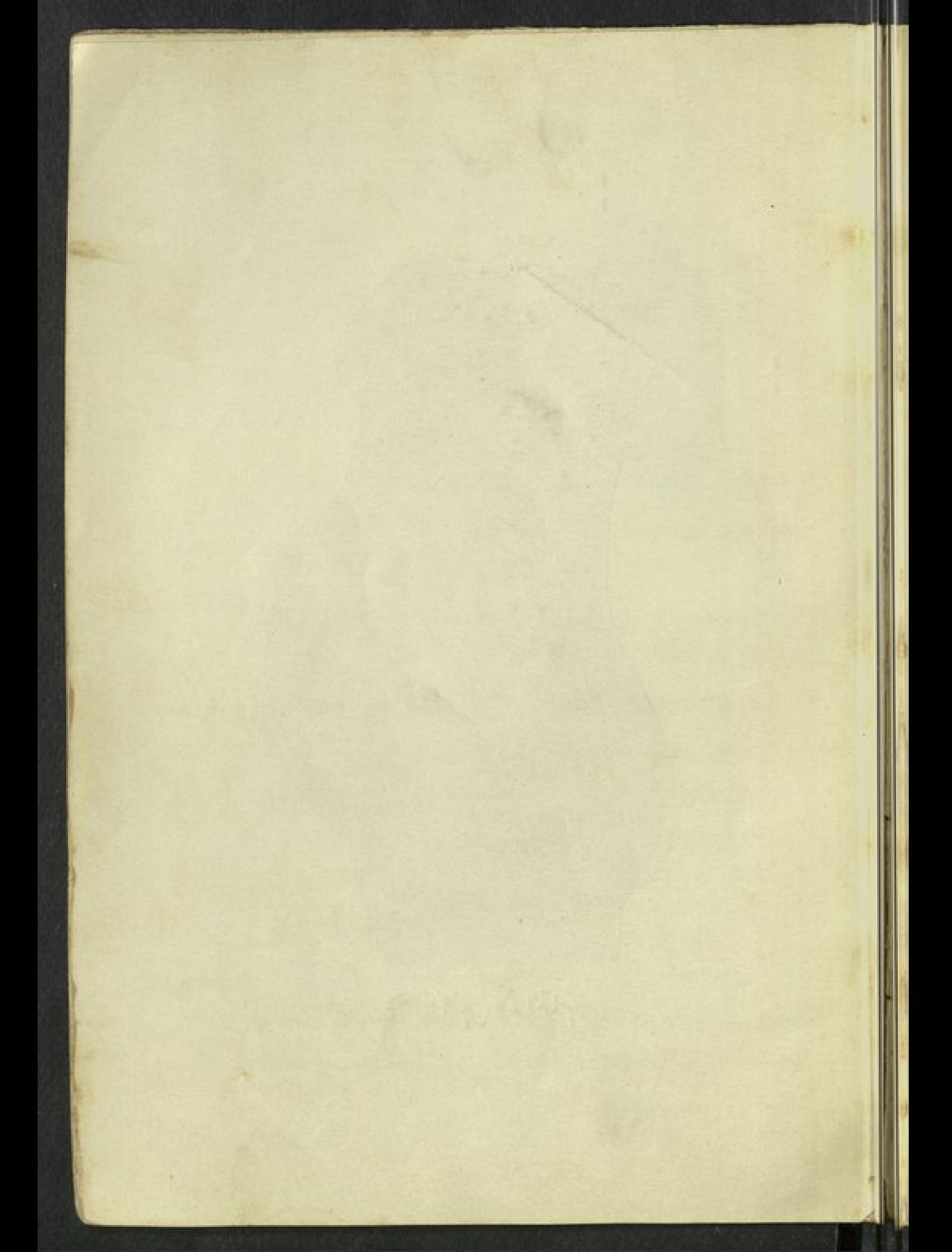
وفي نهاية الشهر القمري الخامس يكون طوله نحو ٢٥ سنتيمترا ووزنه نحو ٢٥٠ كراماً وراسه كبيراً فيصبح البطن اخف بروزاً والجلد اقل احمراراً وقد تخلله شيء من الشحم وتبين الاظافر ويبدو الشعر وتغدو نبضات قلبه واضحة يمكن سمعها بالساعة . فاذا ما اسقط وهو في هذه السن فانه يعيش بضع دقائق ينبض فيها قلبه ويلهث قليلا ويموت .

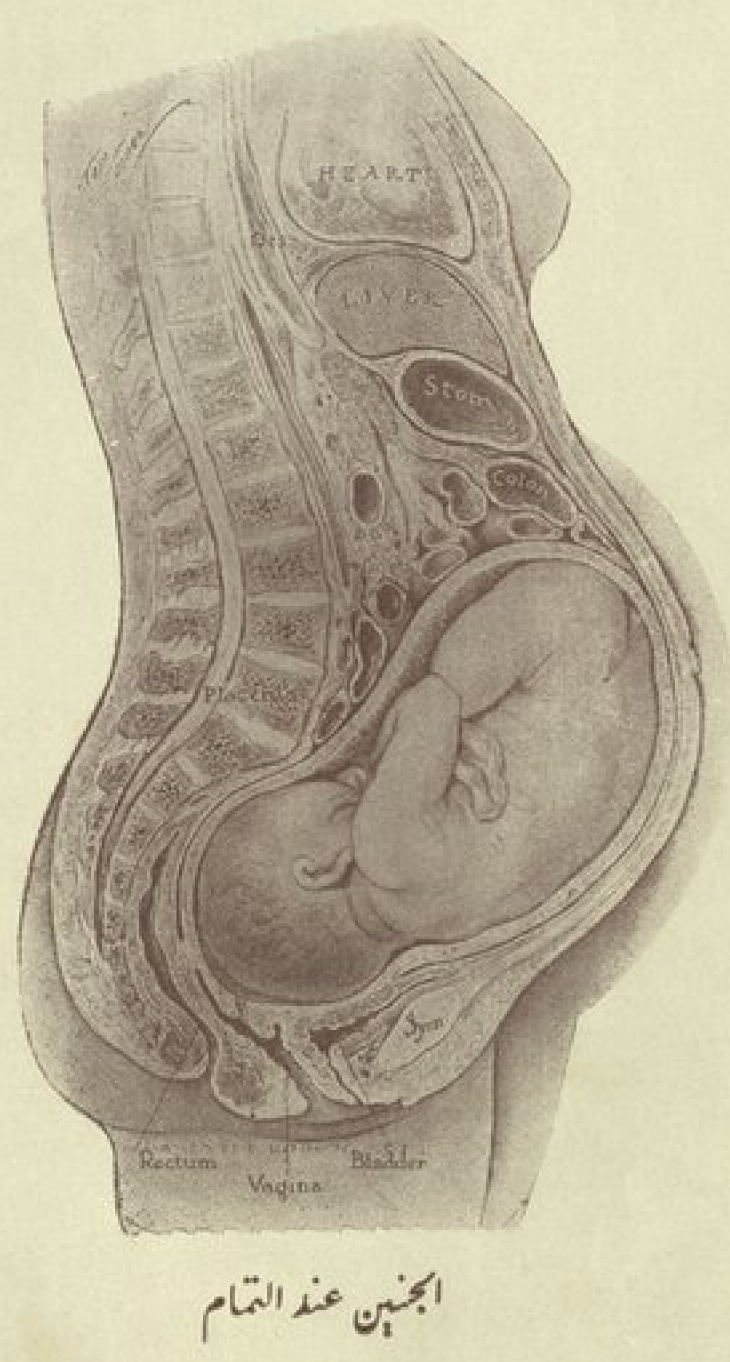
وفي نهاية الشهر القمري السادس يتراوح طوله بين ٢٨ سنتيمتراً و٣٤ سنتيمتراً ويزن نحو ٦٤٥ كراماً فيبدو تناسب اتم في جسمه الذي لا يزال هزيلاً ، ويبدأ تكون المادة الشحمية التي تغطي جلده وينفتح جفناه . فاذا ما أسقط وهو في هذه السن ، ربما عاش بضع ساعات لان الرئتين والاجهزة الهضمية لم يتم نموها بعد فلا يمكن منع الموت جوعاً واختناقاً بالوسائل الاصطناعية . وما قيل عن انقاذ حياة الاجنة في احوال كهذه إن هو الا حديث خرافة .



شكل ٣١ الجنين في الرحم في الشهر الثاني (ثلثا حجمه الطبيعي)

ويتراوح وزنه في نهاية الشهر القمري السابع بين ١٠٠٠ و ١٢٣٠ كراماً وطوله ما بين ٣٥ و٣٨ سنتيمتراً ، فيبدو جلده احمر دقيقاً ويتجعد حالاً بعد الولادة ان تمت آنئذ . اما عيناه فمفتوحتان وخصيتاه في كيسهما المسمى بالصفن ، ويكون صراخه ضعيفاً مائلاً الى الانين او القباع . وغالباً ما يموت المولود في حالة كهذه لان امعاءه ورئتيه لم يتم نموها . انما يحدث احياناً انه يكون قد بلغ درجة من النمو تربي على درجة نمو طفل آخر في شهره الثامن فيعيش . وندر ان عاش الجنين المولود في الاسبوع الخامس والعشرين او السادس والعشرين ، واذا تم ذلك فانه يكون معرضاً للاستسقاء الدماغي





الجنين عند التمام



شكل ٣٢ – الجنين في الشهر الثاني والثالث والرابع (من اليسار الى اليمين)

او الشلل او يبقى قزماً . وتزداد فيه قابلية الحياة بازدياد الزمن الذي يتاح له فيه ان يبقى في بطن امه من الان فصاعداً .

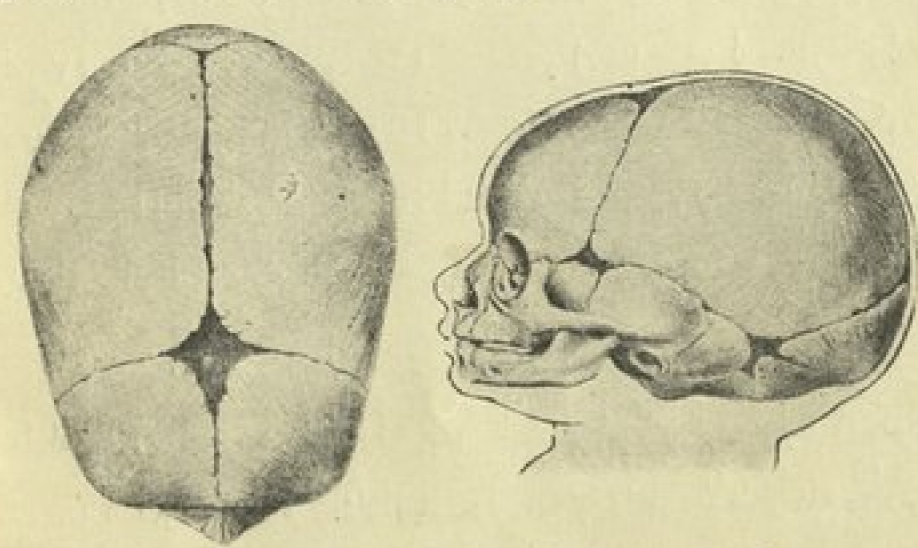
وفي نهاية الاسبوع الثاني والثلاثين او الشهر القمري الثامن يبلغ طوله نحو ٤٣ سنتيمتراً ويزن نحو ١٦٠٠ كراماً فيقل عندها هزاله واحمرار جلده وتزداد عظامه وعظام رأسه متانة لزيادة التكلس فيها . اما صراخه فيكون اقوى من قبل واذا ما تمت الولادة أنئذ فانه تمكن تربيته متغذياً بحليب امه تحت المراقبة التامة والعناية الحسنة في المحضنة او بدونها .

وفي نهاية الشهر القمري التاسع يزن نحو ٢٥٠٠ كراماً ويتراوح طوله بين ٤٦و٤٨ سنتيمتراً . فيقل ظهور الزغب او الوبر عليه ويكون جسمه اكثر استدارة لامتلائه بالمواد الدهنية وتظهر الاظافر على روؤس الاصابع . اما اعضاوءه الحيوية فيكون قد تم نموها لدرجة اصبح معها قادراً

على الحياة خارج احشاء امه . على انه لا بد والحالة هذه من الاعتناء التام به ليكون في مأمن من الاخطار .

وفي نهاية الشهر القمري العاشر يصبح تاماً فيزن نحو ٣١٠٠ كراماً ويشتد لحمه ويتورد جلده ويقوى صراخه ويدب النشاط في وظائفه الحيوية . وتزن المشيمة حوالى ٦٠٠ كراماً ويبلغ مقدار السائل الامنيوسي نحو ١٢سنتيمتراً مكعباً ، ويتراوح وزن الرحم والجنين بين ٤٩٩٠ و ٦٣٥٠ كراماً . اما الذكور فيزيدون عن الاناث ١٢٠ كراماً وزنا على التعديل . ولذا كانت ولادتهم اشد صعوبة ، والوفيات فيهم من جراء ذلك اكثر عدداً . وعلى الغالب يكون البكر اصغر حجماً من بقية الاولاد فيندر ان يزن الطفل ٤٥٣٦ كراماً عند الولادة وشذ وندر ما اربى وزنه على ٥٤٤٣ كراماً .

ويمتاز رأس الجنين ابان الحمل بنموه البارز فتصعب ولادته اكثر من



شكل ٣٣ — عظام الراس وقد ظهرت اليوافيخ والتداريز

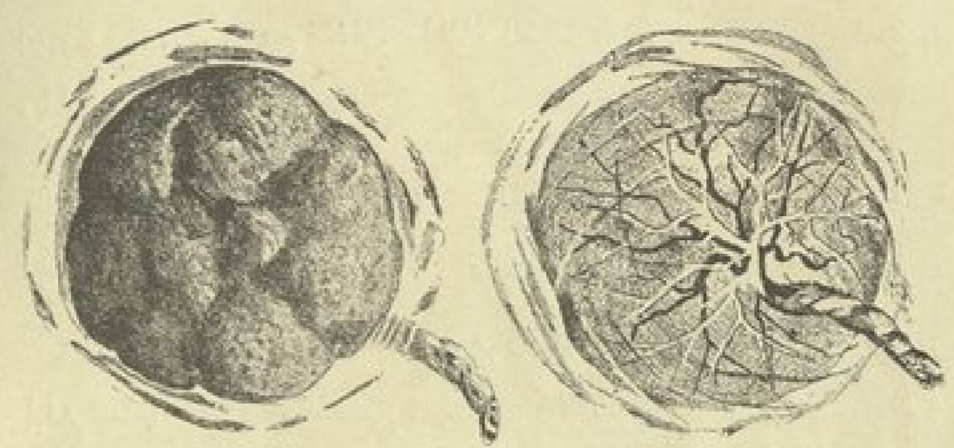
سائر اعضاء الجسم . ولذا تتركب قمة الرأس من اربعة عظام بينها يوافيخ وتداريز ، الغاية منها التحكم في تصغير حجمه عند الولادة وتكييفه ليمر بسهولة في حوض الام فيخف بذلك الضرر الذي يمكن ان يلحق به وبالحوض من جراء كبره .

فسيولوجيا الجنين في الرحم : — تشبه الاستحالة الغذائية في خلايا الجنين وهو في الرحم (المتابوليزم) الاستحالة الغذائيـة في خلايا البالغين . الا انه وهو في الرحم لا يستخدم جهازه التنفسي مطلقاً ولا اهمية تذكر لمبلغ استعماله الجهاز الهضمي والجلدي اذ لا ضرورة لذلك فالام تقوم له بهذه الوظائف . ونستدل من ازدياد حرارته نصف درجة عن حرارة امه ان له جهازه الخاص الذى يولد الحرارة فيه ويعدلها .

اما الاكسجين (وهو عنصر ضروري للحياة نتنفسه مع الهواء) فيصله بواسطة المشيمة من الام وكذلك الماء والطعام بعد ان يصبح جاهزاً للاستهلاك . ويشرب شيئاً من الماء الامنيوسي اخذاً بذلك جزءاً من الطعام الضروري له ايضاً . اما الافرازات غير الصالحة وحامض الكربون (الذي يخرجه البالغ بواسطة رئتيـه) فتحملها المشيمة الى الام وتخرج منها مع افرازاتها العادية . وكل هـذه تظهر لنا اهمية المشيمة التي تقوم بكل هذه الوظائف الحيوية للجنين .

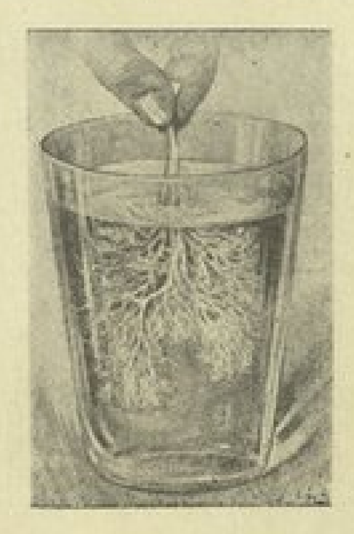
المشيمة : — يمكننا تشبيه المشيمة بقرص مسطح يتصل باحد وجهيه الحبل السري اتياً من الجنين ويلتصق الوجه الاخر بالبطانة الرحمية فيسري دم الام داخلها وحولها . وبعد ولادة الجنين تنفصل عن حائط الرحم وتدفع

الى الخارج ، وتدعوها العامة بالخلاص . وهي تتألف من فلقات عديدة في كل منها عدد كبير من الاوعية الشعرية تسمى الخمل السلائي تغوص



شكل ٣٤ - وجه المشيمة الملتصق بالجنين بواسطة الحبل السري — وجه المشيمة الملتصق بالبطانة الرحمية

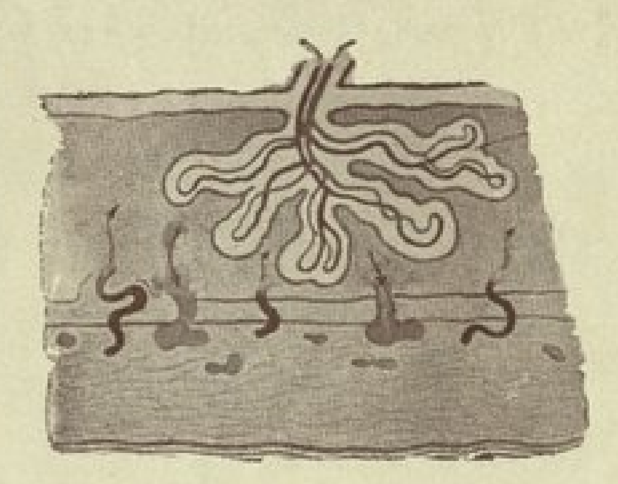
كالاصابع في دم الام فتتم وسطها وبواسطتها التغيرات الغذائية والافرازية المذكورة آنفاً . ولا يسعنا في هذا المقام وصف هذه الاوعية الشعرية لان



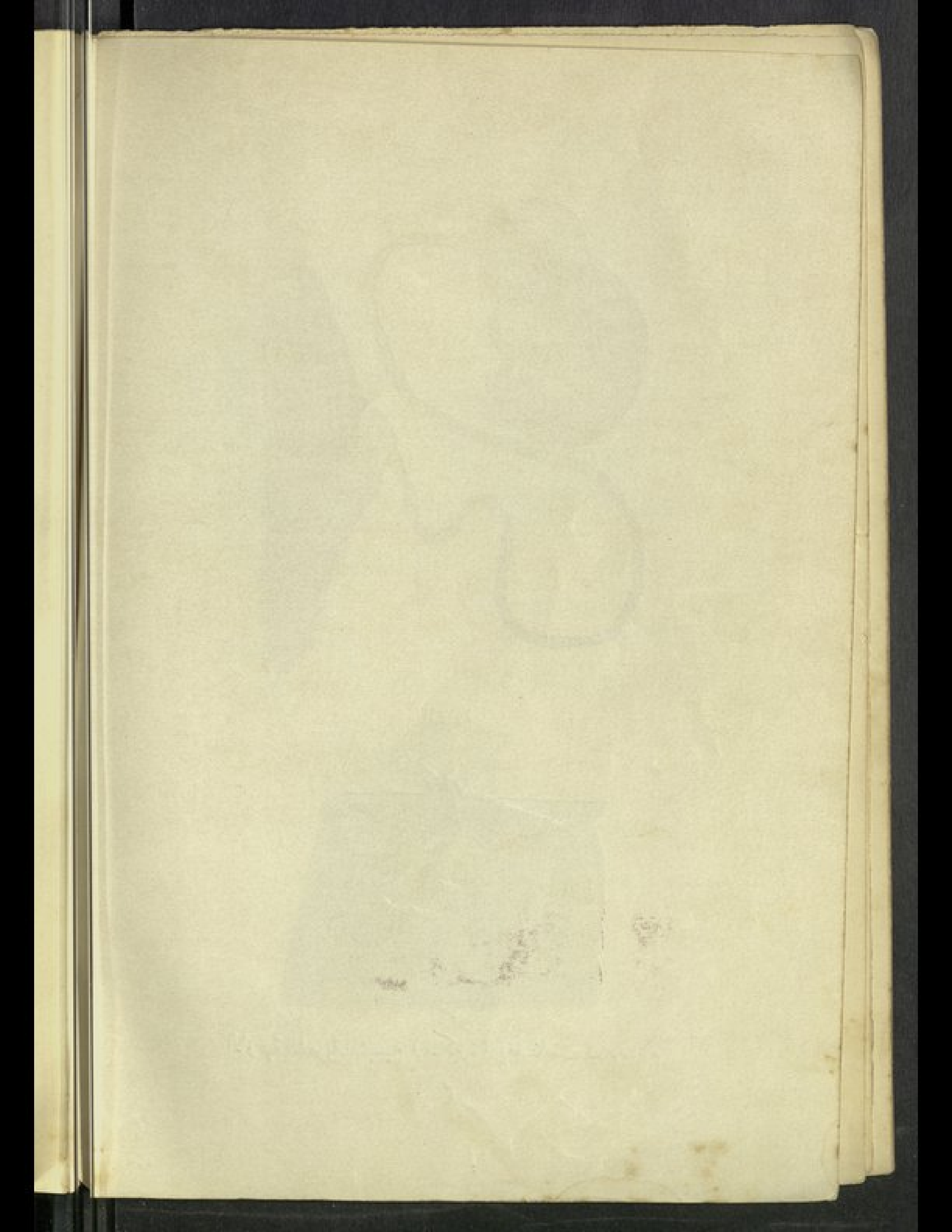
شكل ٣٥ - الاوعية الشعرية او الخمل السلائي



المشيمة



الاوعية الشعرية المشيمية (مكبرة) وقد غاصت في دم الام



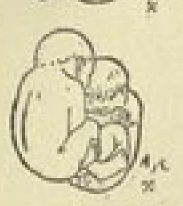
ذلك خارج نطاق بحثنا في هذا الكتاب انما نحيل القارىء الى الرسم التالي والشكل الخامس والثلاثين فيستغني بذلك عن الشرح الطويل الممل .

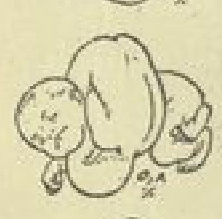
يمر دم الطفل وسط الاوعية الدموية في الحبل السري منتقلاً الى المشيمة فداخل الخمل السلائي الغائص في دم الام . وبما انه ليس ثمت من اتصال مباشر بين دم الام ودم الجنين فالتغيرات الآنفة الذكر يجب ان تتم بواسطة الارتشاح والنشاط الخلوي الحيوي في جدران الخمل . فينتقل الماء والطعام والاكسجين الى الجنين وسط الخمل ويخرج حامض الكربون والافراز غير الصالح من الجنين الى الام ايضاً بنفس الطريقة فتكون هذه الاوعية الشعرية (او الخمل) اذاً بمثابة جذور شجرة تمتص الماء والغذاء من الارض دون ان يكون ثمة مجال لعصارة الشجرة ان ترشح الى الارض وسط الجذور .

ويكون كبد الجنين كبيراً لنشاطه الشديد فيمتد نحو السرة اكثر من المعتاد . اما المعدة والامعاء فقواهما الهضمية ضعيفة ونستدل بوجود الوبر في غائط الجنين على انه يشرب الماء الامنيوسي وهو في الرحم ، وان الامعاء لا تقوم بوظيفة التغوط الا اذا كان الطفل مختنقاً ، ولذا كان وجود البراز في السائل الامنيوسي دليلاً واضحاً على ان الطفل لم يصله المقدار اللازم من الاوكسجين لسبب ما فمات اختناقاً . والكليتان ايضاً تقومان بوظيفتهما لدرجة محدودة فيدر البول ويمتزج بالسائل الامنيوسي الا ان هذا قليل جداً وربما لا يتم الا بعد ان تكون قد ابتدأت الولادة .

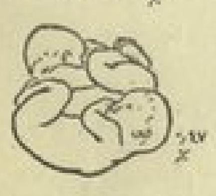
ويتحرك الجنين في بطن امه مغيراً وضعيته التماساً للراحة . واحياناً يصيبه الفواق (الحازوقة) ويمتص اصبعه وهو في الرحم ونلاحظ فيه بعض

الحركات التنفسية . وكثيراً ما يتمطى فتصبح الام قادرة على ادراك عاداته التي ربما لازمته بعد الولادة ، فهناك فترات راحة ونشاط قد تزداد معها حركته فتبلغ معظمها وتقلق راحة الام فتستدعي المعالجة . وقد تضاربت الآراء والمباحث في احوال الجنين العقلية فنعلم ان الشعور بالالم ، على وجوده فيه ، لا يكون شديداً كما هو بعد الولادة مباشرة .









شكل ٣٥ — الحمل التوأمي وانواع وضعياته

الحمل التوأمي : — وهو عبارة عن وجود جنينين او اكثر داخل الرحم . وقد احصيت الحوادث التي يقع بها هذا النوع من الحمل فوجدناها على التعديل الآتي : — يكون الحمل التوأمي بجنينين مرة في كل سبع وثمانين ولادة ، وبثلاثة أجنة مرة في كل سبعة آلاف ومئة ولادة ، وباربعة أجنة مرة في كل ٧٥٧٠٠٠ ولادة وبخمسة اجنة مرة في كل ٤١٦٠٠٠٠ ولادة . ولم تحدث إلاّ ولادة واحدة في كل الاحصاآت الموجودة لدينا كان الحمل بها بستة أجنة . اما العوامل المساعدة على ايجاد هذا النوع من الحمل في البعض من النساء دون سواهن فانها لا تزال مجهولة . ولعل كان للوراثة فيها يد كبرى فيحدث الحمل التوأمي في الخصبات منهن وراثة وجنسا .

وهنالك حادثة غريبة تدل على خصب وافر نرويها على سبيل الفكاهة .

فاري اوستن ، وهي ممرضة عاشت ابان الحرب الاهلية الاميركية ، قدر لها ان تلد تسع عشرة مرة في الثلاث العشرة الاولى منها كانت الولادة بجنينين وفي الست الاخيرة كانت الولادة بثلاثة أجنة كل مرة .

ومن المفيد ان نذكر كيف يتم الحمل التوأمي فهو اما يكون نتيجة تلقيح بويضة واحدة ذات نواتين (واحسن مثال يمكننا تقديمه بهذا الصدد هو بيضة الدجاجة العادية التي تكون بنواتين اي « بصفارين » وتدعوها العامة « بيضة بعقلين ») ، او تلقيح بويضتين كل منهما مستقلة عن الاخرى تماماً . ففي الحالة الاولى يكون للتوأمين مشيمة واحدة وأمنيوسان ويكونان متماثلين جنساً وشكلاً وتكويناً ومزاجاً وعقلية ، وفي الحالة الثانية يكون لكل منهما امنيوس واحد ومشيمة واحدة ولا يكونان ضرورة متشابهين كما في الحالة الاولى .

علامات الحمل : - اما وقد فهمنا كيفية وقوع الحمل ونمو الجنين فمن الخير ان نذكر بعض العلامات التي نستطيع بواسطتها معرفة ما اذا كان الحمل قد تم ام لا ، واول ما احب ان الفت اليه الانظار هو انه من الصعب تمييز هذا الامر حتى بعد مرور زمن . ويكاد الطبيب الحاذق لا يستطيع الجزم بوقوعه في الاشهر الاولى ولذا وجب عدم الاكتفاء بقراءة ما يلي بل يجدر بالحامل ان تتخذ من هذه العلامات دليلا يقودها الى استشارة الطبيب الذي وحده يستطيع ابداء الرأي الجازم . اما العلامات التي نكتفي بذكرها فهي : -

١ - انقطاع الطمث في المرأة السليمة الجسم . فان هذا غالباً يدل

على ان الحمل قد بدأ الا اذا كان هذا الانقطاع امراً عاديا فيها. وفي الاحوال النادرة قد لا ينقطع الطمث بتاتاً والمرأة حامل حتى الشهر الثالث.

٢ — الوحام. اذا ما شعرت المرأة السليمة الجسم بالوحام وانتابها القيء في الصباح فربما كان ذلك مسبباً عن الحمل. ويزداد الامر ثبوتاً اذا رافق ذلك انقطاع الطمث.

٣ — ازدياد حجم الثديين وظهور الهالة. ومما يمكن اتخاذه دليلا على وقوع الحمل آلام حادة في الثديين وبروز الحلمتين وخروج مادة صمغية منها (اللبأ) وانتفاخ الهالة وتلون ما حول الحلمة بلون كمد. الا ان ظهور هذه الامارات لا يحتم علينا الجزم في الامر جزماً باتاً فهي كثيراً ما تبدو على النساء العصبيات المزاج عند الطمث وهن غير حاملات.

٤ — الشعور بحركة الجنين. عندما يمر زمن على الحامل يتراوح بين ستة عشر وثمانية عشر اسبوعاً تشعر بحركة داخل احشائها وربما كان مصدرها الجنين. الا اننا يجب ان نتذكر ان هنالك الكثيرات ممن يؤثر فيهن الوهم فيتوهمن حركة جنينية في الاحشاء مع ان الواقع ليس كذلك.

٥ — اما العلامات الجازمة فهي سمع نبض قلب الجنين بالسماعة وملاحظة حركاته وجسه وتصويره باشعة رونتجن. الا انه لا يمكن الاستفادة من هذه الوسائل الا بعد الشهر الرابع.

٦ — طريقة «أشم زوندك»: يحوي بول الحامل حتى في الاسبوع الثالث بعد العلوق كمية وافرة من الهرمونات النخامية ولذا ارتأى طبيبان أحدهما اشم والاخر زوندك ان يحقن بول الحامل في انثى الارنب او الفار وهي لم

تبلغ بعد فاذا ما لوحظ ان مبيضيها قد كبرا وحدث نزف في الحويصلات دل هذا دلالة قاطعة على ان الحمل قد بدأ في المرأة

الحمل خارج الرحم :– من غرائب الطب التي كان يظن انها نادرة الحدوث الحمل خارج الرحم ، وسببه ملاحقة الحيوان المنوي البويضة اما في احدى القناتين او في تجويف البريتون او في المبيض نفسه (وهذا نادر جداً)



شكل ٣٦ – حمل خارج الرحم

فيلقحها هنالك . والسبب ما تنغرس في احدى هذه الاماكن دون ان يتاح لها الدخول الى الرحم . فينمو الجنين وبنموه تحدث اشتراكات هامة جداً ، كثيراً ما تكون معها حياة الحامل في خطر فيكثر النزف الداخلي ويلازمه نزف خارجي قليل مسبب عن قذف البطانة الرحمية الى الخارج ، فتشعر المرأة بثقل في جهة واحدة من البطن وتنتابها الآلام المبرحة هنالك لمدة ساعة او اكثر ، تظهر عليها في نهايتها اعراض

النزف الداخلي من غثيان وتقيؤ وخوف وانحلال وضيق نفس واصفرار في الوجه وازدياد في سرعة النبض والتنفس ، مما تجب مداركته في الحال والا نتجت عنه الوفاة .

التغيرات التي تطرأ على الحامل ابان الحمل : — يرافق نمو الجنين في الرحم والقيام بوظيفة التناسل الجديدة تغيرات اساسية في كل كيان المرأة. فلا يخلو عضو من اعضائها من الشعور بصدمة هذا الدافع التناسلي . وكل هذه التغيرات اما ان تكون موضعية ، اي في اعضاء التناسل او الثديين ، او عمومية تعم بقية الجسم باسرها .

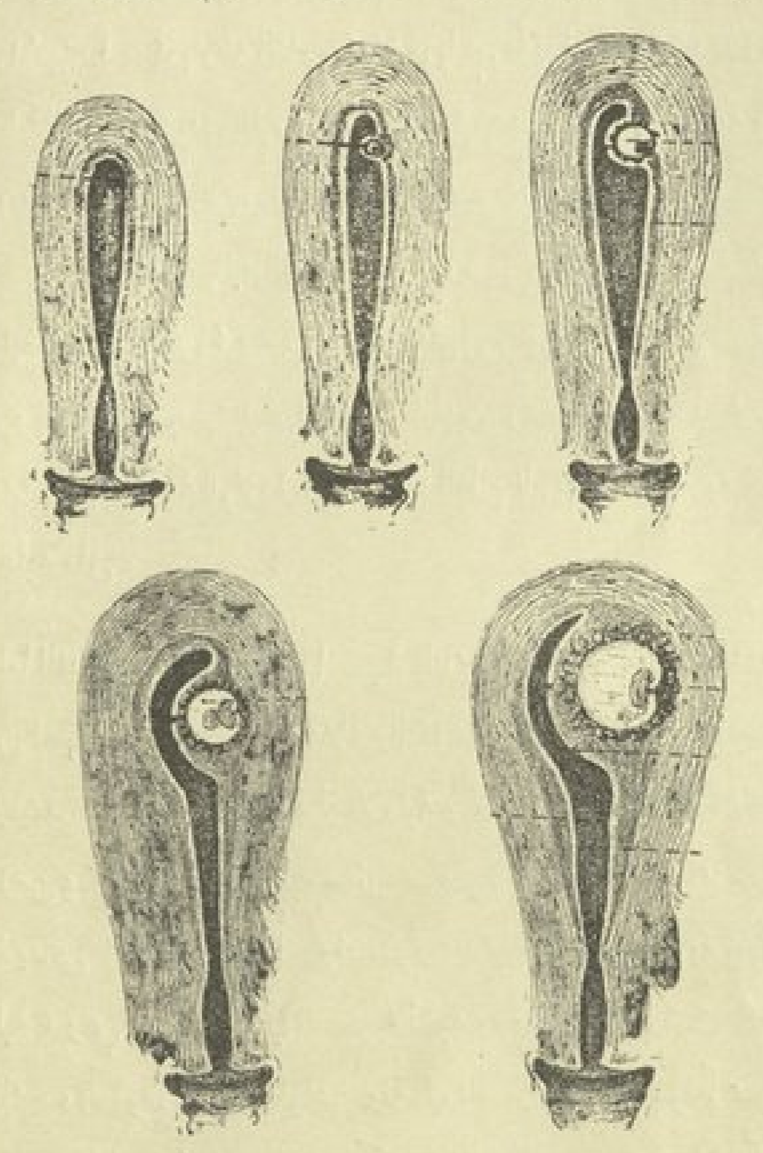
التغيرات الموضعية : — لا يسع المرء الا الاعجاب بعظمة النواميس الطبيعية التي تبين حكمة مبدع الاكوان فترتب الامور كبيرها وصغيرها بطريقة يكون معها كل منها متمماً للاخر . فهي عليها ان تهيء عشاً يسكنه الجنين الصغير ويمنع عنه الاذى ويقدم له مقداراً متواصلا معيناً من الدم . ثم عليها تجهيز العوامل اللازمة لدفعه الى الخارج عند بلوغه التمام وتوسيع السبل امامه وازالة الموانع ليكون لديه ممر حر يمر وسطه ، دون ان ينزل بانسجة امه الحيوية ضرراً كبيراً . وعليها اخيراً ان تدبر له امر التغذية اللازمة بعد الولادة ليقوى على الحياة في محيطه الجديد .

ولذا كانت التغيرات الموضعية التي تتم في الاعضاء التناسلية متممة بطريقة عجيبة لهذه الغاية الاساسية . فالرحم التي كانت في العذراء صغيرة تزن حوالى ٦٠ كراماً تصبح ابان الحمل كبيرة الحجم لدرجة تصل معها الى الاضلاع وتزن فارغة نحو ٩٦٠ كراماً وبتقدم الحبل تزداد جدرانها كثافة

وقوة ، اذ تكثر الالياف العضلية وتشتد وتنمو فيها قوة التقلص والعودة الى الاصل لدرجة عظمى . اما الرحم فتنمو بسرعة تفوق سرعة نمو الجنين فتصبح اخيراً عند بلوغه التمام عضلا قوياً مجوفاً يدفعه بقوة شديدة ولطيفة معاً الى الخارج . ويرافق هذه كلها ازدياد في عدد الاوعية الدموية وحجمها فيبلغ بعضها استدارة الاصبع كبراً ، وخصوصاً ما جاور منها المكان الذي تلتصق فيه المشيمة بالبطانة الداخلية . زد على هذا ان الاوعية الليمفاوية تكبر ايضاً في الحوض ، وعنق الرحم والمهبل والفرج تزداد نعومة وقابلية للتمدد ويكبر حجمها ليسهل مرور الجنين وسطها . وهكذا نرى ان الاستعدادات اللازمة للولادة تسير وفقاً لنظام تام مدبر لا يعتريه فتور ولا يطرأ عليه ملل .

اما الثديان فيكبر حجمها في اثناء الحمل فيدب فيهما في الاسبوع الخامس احياناً نمل وشعور بالامتلاء والثقل ، وتكبر الحلمة وتنتفخ قليلاً وتغدو اشد انتصاباً ويقتم لون الهالة الاولية والاصابة لرسوب المادة الملونة فيها وبعد زمن يمكن استحلاب سائل صافٍ ذي خيوط صفراء من ثقوب الحلمة يدعى الصمغ او اللبأ . وتتكون احياناً هالة ثانوية حول الهالة الاصلية ، وهي اعم ظهوراً في السمر ، تشبه ورقة مغبرة رشت عليها نقط من الماء . ويكون تسرب المواد الملونة في السمر اكثر وضوحاً مما هو في البيض ، بينما في الزنجيات يكاد يكون اللون اسود . وتبين احياناً خطوط ارجوانية متشعبة حول ظاهر الثدي تدعى خطوط الحمل ، تكون في الشقر اكثر مما هي في سواهن ، ويبقى لها أثر رفيع ابيض بعد ان تتم مدة

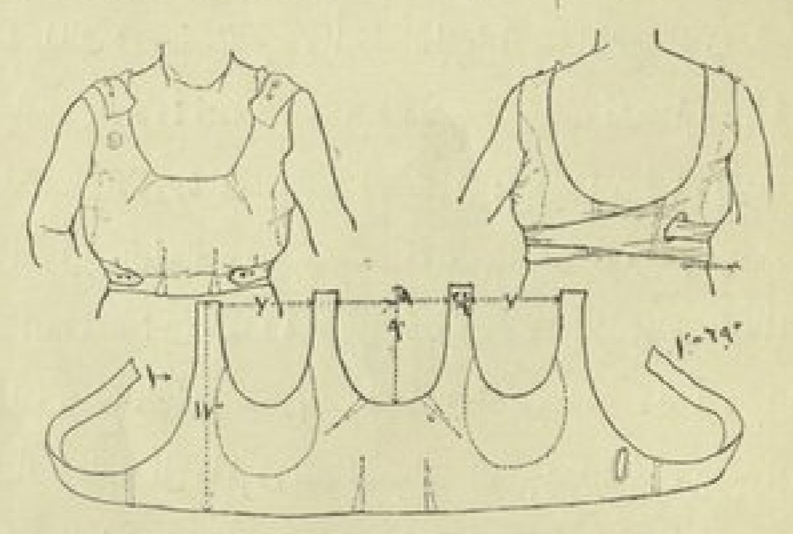
الرضاع . واذا ما شف الجلد عن اوردة زرقاء كان هذا علامة طيبة تدل على خصب موارد الحليب ووفرته . وقد يزداد حجم الثديين احياناً وثقلها



شكل ٣٧ — تطورات التصاق البويضة ببطانة الرحم

مما يستدعي استعمال ما يدعمها ويساعد على رفعها . (انظر شكل ٣٨)

التغيرات العمومية : — ان كل عضو من اعضاء المرأة وكل نسيج من انسجتها يتأثر بالحمل ابانه وربما كان ذلك مسبباً عن اختمارات في الجسم مصدرها المشيمة او الجسم الاصفر مما دعا موريسو الى القول بان الحمل



شكل ٣٨ -- صدرية يحسن استعمال مثلها ابان الحمل

مرض بدوم تسعة اشهر . ومع ان الكثيرات يتألمن جداً في هذه المدة فلا نستطيع المصادقة تماماً على هذا الرأي . فهنالك ايضاً الكثيرات ممن يكن على اتم الصحة والراحة ، والبعض بدوم فيهن التحسن طول العمر . على ان ما لا شك فيه هو ان الحمل محك صحة كل عضو من الاعضاء وقوة دفاعه ، فاذا كان احدها ضعيفاً لم يستطع مقاومة الصدمة هذه ولذا تلعب العناية ابان الحمل دوراً هاماً الان في الولادة . وهي عبارة عن ملاحظة اعراض الانحطاط في كل عضو من اعضاء الحامل وتدارك الامر بالتي هي احسن . وما التغيرات في وظائف اعضاءها كما سنصفها في حينه الا تأهبها للقيام بمطالب الجنين ولذا كان امدها وقتياً يزول بعد الولادة لعدم

الحاجة اليها . فهنالك تغير وتكيف في اجهزة الهضم والتنفس والافراز والاستحالة الغذائية غايتها تقديم المواد اللازمة للجنين من ماء وطعام واوكسجين ، وتحويل مفرزاته الى مركبات غير ضارة تفرزها الاعضاء المختصة بذلك في جسم الام . وتأخذ الطبيعة الاحتياطات اللازمة لخسارة الدم ابان الولادة فتكثر كميته في الشهر الاخير وتشتد فيه قابلية الجمود وتزداد سعة الاوردة في الساقين فتكون بمثابة خزان له ، ويشتد نشاط الغدة الدرقية والطحال ويكبر حجمها وحجم القلب قليلا . وبازدياد حجم الرحم تندفع الرئتان صعداً ، الا ان اتساع الصدر آنئذ يخفف وطأة ذلك الضغط فيصبح التنفس صدرياً . اما اذا ازداد حجمها كثيراً فانها تدفع الاعضاء البطنية الى ما فوق نحو الحجاب الحاجز فتتولد من جراء ذلك صعوبة في التنفس .

وتزيد كمية البول ويقل ثقله النوعي غالبا ويكون فيه احياناً شيء من السكر والزلال وهذا من الاهمية بمكان ، اذ انه في حالات كهذه يجب اعلام الطبيب بالامر ليتخذ الاحتياطات اللازمة ، اما السكر فغالباً ما يكون مصدره حليب الثديين ووجوده طبيعي لا خوف منه . فاذا ما كان مسبباً عن داء السكري الحقيقي ، الذي اذا اعترى الحامل كان غاية في الخطورة ، وجبت العناية التامة . واهم مراكز الخطر في الجسم آنئذ واضعفها الكليتان والكبد .

ويزداد لون الجلد اكداداً في اغلب الاحيان وخصوصاً في السمر وتظهر في كل الحاملات بقع ملونه على السرة والحلمتين واحياناً على الوجه يمتصها

الجسم بعد الولادة فتزول . ويزداد نشاط الغدد الدهنية والعرقية ، وبازدياد العرق تكون الحامل اكثر عرضة للزكام ، وتبدو خطوط ارجوانية على البطن واحياناً على الساقين كالتي تظهر على الثديين ، مسببة عن كثرة تمدد الجلد . وهي في البعض من النساء اكثر مما هي في سواهن ، وفي القليل منهن لا أثر لها البتة مع ان المرأة حبلت وولدت مراراً عديدة .

القناة الهضمية : — تتأثر القناة الهضمية من جراء الحمل فيغزر فيضان اللعاب في الفم احياناً لدرجة مزعجة جداً ويزداد التقيوء ، وكثيراً ما يكون لكل من هاتين الظاهرتين علاقة بالاخرى ، ولذا وجبت استشارة الطبيب في احوال كهذه .

وتصبح الاسنان في بعض النساء قابلة للنخر من جراء التغير في افرازات الفم ، وليس بسبب استهلاك الجنين الاملاح الكلسية في جسم الام على الارجح . وينتاب الحامل احياناً غثيان عند الصباح ، وهو احد دلائل الحمل ، ويصيبها وحام تشتد فيه شهوتها لمآكل من المآكل الغريبة التي ربما يعسر هضمها . ولذا وجبت مجاراتها في احوال كهذه اذا كان لا ضرر من ذلك . وفي بعض الاحيان يشتد الوحام لدرجة تنم عن اختلال في القوى العاقلة كما حدث لحامل اشتهت عضة من ذراع زوجها ، فلم يهدأ ثائرها حتى نالت ما تمنت . ويروى عن زوجة كيربوس ، العالم النباتي المشهور في القرن السادس عشر ، انها وحمت فلم يرق لها الا تكسير البيض على وجه زوجها .

ومن الاعراض العامة الامساك المسبب عن الضغط المعوي ابان

الحمل اذ يزداد شدة شهراً فشهراً وتجب معالجته دائماً . وفي الاشهر الاولى يخف وزن الحامل قليلاً ولكنها تعوض عن ذلك فيما بعد ويزيد وزنها زيادة تتراوح بين ٤٨٠٠ و ١١٠٠٠ كرام (مع وزن الجنين)، وتسمن احياناً فتذخر الطبيعة بذلك المواد الزلالية والدهنية لتكون مورداً تستمد منه الغذاء الكافي لنمو الجنين، والقوة اللازمة عند الولادة، والمواد الضرورية لحليب الثديين .

وتخسر الام عند الولادة من وزنها ما يتراوح بين ٤٨٠٠ و ٧٢٠٠ كرام بما فيه الجنين والسائل الامنيوسي والمشيمة والدم . وكما سنعلم فيما يلي ينقص وزنها عند النفاس نحواً من ٤٣٢٠ كراماً (وذلك لخروج اللوخيا او دم الولادة وافراز العرق)، ولكنها تستعيد منه الشيء الكثير ابان الرضاع .

الجهاز العصبي : — تكون الحامل اكثر احساساً وأشد حدة وربما كان ذلك ناتجاً عن اختلال وقتي في وظائف الغدد الصماء، ويلاحظ فيها تغير في طباعها مما يدل على ان جهازها العصبي ليس على أتمه آنئذ . فلم يكن الحمل الا عارضاً أخلّ بتوازن ذلك الجهاز كما يحتمل ان تخلّ به صدمة ما، جسمية كانت ام عقلية، فتنتابها الآلام العصبية (نورلجيا) وخصوصاً في الرأس والاسنان . ولهذا وجب اعمال الروية قبل اقتلاع احد الاسنان او الاضراس المتألمة اذ ربما نكون بذلك قد ضحينا باحدها وهو صحيح، ألمه عارض ويزول .

وهكذا نرى ان الحمل يمتحن صحة كل عضو من اعضاء الجسد فيعرض

الضعيف منها للانحطاط . وهذا يبين لنا اهمية محافظة الفتاة على نشاطها الجسدي والعقلي ومزاولتها الرياضة البدنية المفيدة والامتناع عن كل ما من شأنه اضعاف قواها واعضاءها لتكون منيعة نشيطة تستطيع تحمل صدمة الحمل والمرور وسط تغيراته دون ان تؤثر فيها تأثيراً سيئاً او تقلق راحتها .

العقم : — ولعل من الخير ان نختم هذا الفصل بالكلام عن العقم واسبابه فقد كان الرأي السائد قبلاً ان المرأة وحدها دون الرجل هي السبب فيه . الا اننا نعلم الان ان خمسين بالمئة على الاقل من حوادث العقم مرجعها الرجل ، ولذا كان من الجهل الاكتفاء بمعالجة المرأة دون التثبت من حالة الرجل الصحية ومقدرته الجنسية . وهنالك احوال كثيرة تلد فيها المرأة طفلا ولا تتعداه الى سواه والسبب في هذا غالباً التهاب القنانين وانسداد فوهتيهما فلا تستطيع البويضة والحالة هذه المرور وسط احدهما فيمتنع الحمل . ومن شروط قابلية الحمل والولادة في المرأة انتظام اعضاءها التناسلية وعدم وجود الموانع في سبيل اتحاد الحيوان المنوي بالبويضة . ولذا كان لها تأثير في تجديد النسل يفوق تأثير الرجل الذي ينتهي عمله عند قذفه الحيوانات المنوية ، وعندها يبتدىء عمل المرأة وعلى دقة تكوين جهازها التناسلي تتوقف النتيجة .

واسباب العقم في المرأة كثيرة نذكر أهمها وهي التهاب القنانين اما بسبب التعقيبة او غير ذلك وغزارة «الليكوريا» التي تكون سبباً في قتل الحيوانات المنوية ، او تغيير في وضعية الرحم او انسداد فوهة عنقها لتقرحات فيها ، او ضعف في المبيض وغير ذلك . اما السفلس (داء الزهري) فلا يسبب العقم بل الاجهاض .

الفصل الخامس

الاشتراكات ابان الحمل

تمهيد : — ليست غايتنا في هذا الموضوع القاء الرعب في قلوب الامهات بتعداد الاشتراكات المختلفة الممكن حدوثها ابان الحمل ولا نقصد فيه اثارة المخاوف والاوهام فيصبح مثلنا في ذلك مثل التلميذ المبتدىء في فن الطب الذي نظراً لعلمه الناقص ، كان يطبق كل الاعراض المرضية التي يطالع عنها في الكتب على نفسه ، فيحمله الوهم على تصور ما لا وجود له فيه ، الى ان كاد اخيراً يجن رعباً لولا ان تداركه استاذه بابتسامة لطيفة ونصيحة ثمينة اعاد بها اليه رشده . كلاً لا اقصد ان تتخذ القارئة مما سنورده من الاشتراكات ابان الحمل سبيلا الى اطلاق العنان لتصوراتها المرعبة . فمعظم حوادثه تتم بسهولة ، واكثر هذه الاشتراكات ، ان لم نقل كلها ، تمكن معالجتها اذا تدورك الامر في اوانه . وهذا ما احب ان الفت اليه الانظار وان اضعه غاية نصب عيني الحامل عند قراءة هذا الفصل ليكون لها من مطالعته مشجعاً يحضها على التعاون مع الطبيب عند الحاجة . وتسهيلاً للبحث نقسم الاشتراكات الى قسمين رئيسيين ، الاشتراكات الخفيفة والاشتراكات الشديدة .

الاشتراكات الخفيفة : — ربما تجد القارئة هنا بعض مباحث ألمحنا اليها في موضوع سبق نوردها ثانية ليكون بحثنا في هذا الموضوع تاماً مرتباً يسهل الرجوع اليه عند الحاجة . واهم الاشتراكات الخفيفة هي : —

١ — **القبض والتقيوء** : — وقد ألمحنا اليهما قبلاً انما نضيف الى ما سبق ان التقيوء على نوعين اما ان يكون عارضاً خفيفاً يزول بتليين الامعاء واستعمال لزقة خردل على المعده وتناول المآكل الخفيفة بكميات قليلة كالحبوب والسكر والخبز المحمص والخضر والفواكه واكل طعام الافطار والحامل مضطجعة على فراشها صباحاً ، او ان يكون مستعصياً لا يزول بمثل هذه الوسائل فتجب عندها استشارة الطبيب .

٢ — **تورم الاطراف** : — وهو اما ان يكون مسبباً عن ضغط الرحم على الاوعية الدموية فيعيق دوران الدم فيها وهذا عارض ويزول في مدة



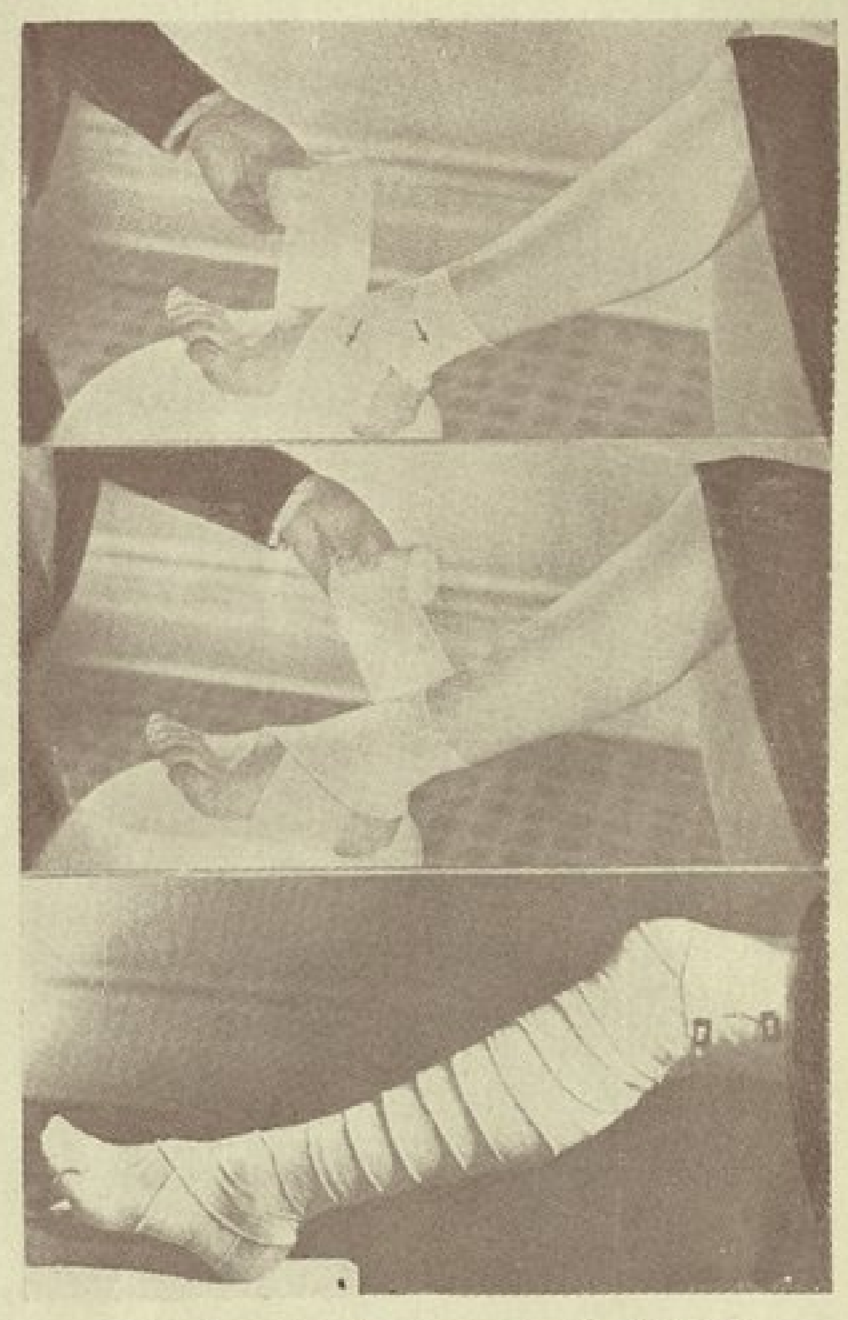
شكل ٣٩ — طريقة رفع الرجلين عند تورم الاطراف

قصيرة اذا اخلدت فيها الحامل الى الراحة والسكينة واتبعت طريقة رفع الرجلين عند الاضطجاع مرتين او ثلاث في النهار لتسهيل سير الدم في الاوعية ، واما ان يكون دليلا على بدء تسممات الدم الامتصاصية او مرض في القلب او التهاب في الكليتين يتوجب معه اخذ الحيطة والمبادرة الى المعالجة تلافياً لمغبة الامر .

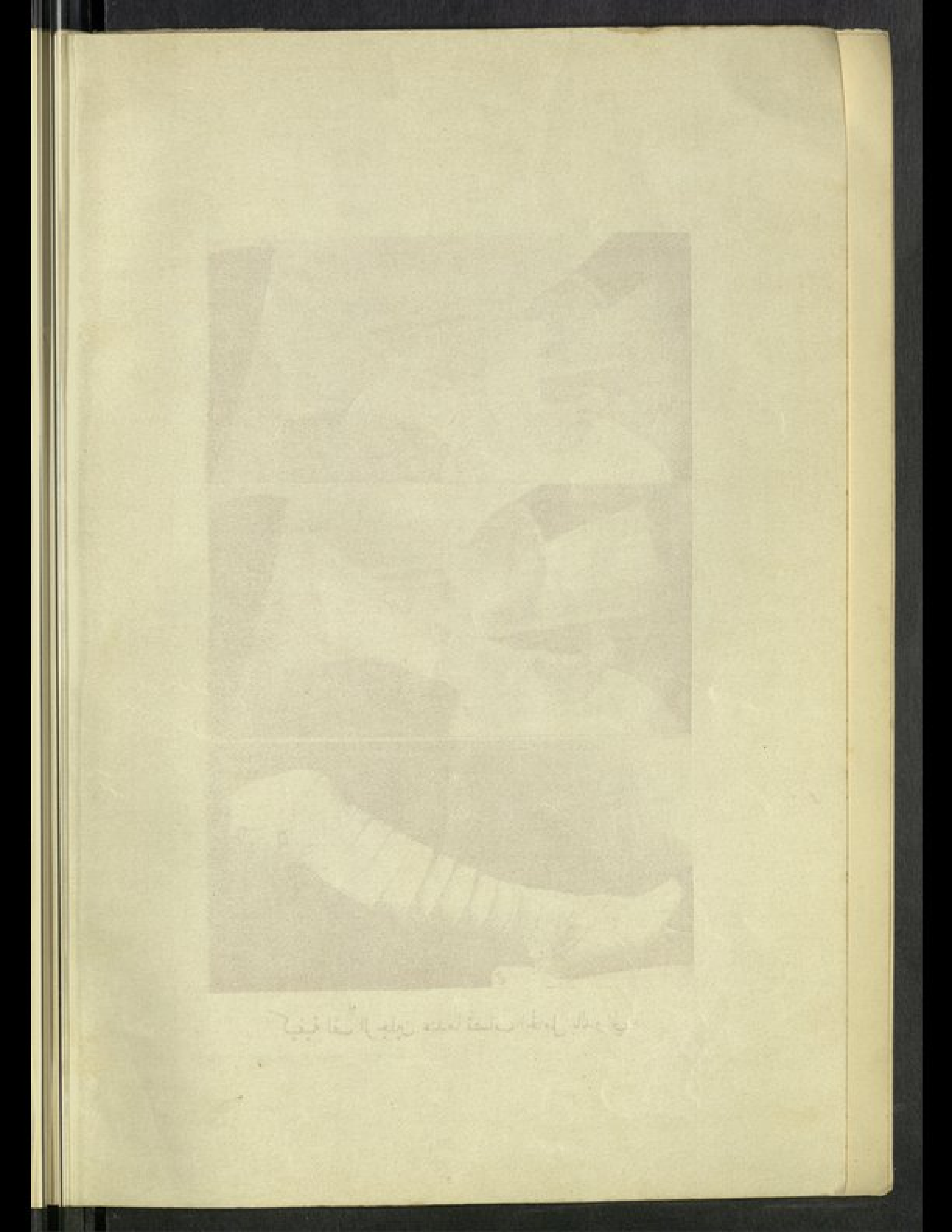
٣ — الدوالي : — او تضخم الاورده وبروزها ، فتبين تحت سطح الجلد في الاطراف . وسبب ذلك عائد الى نقص خَلقي في الاوردة نفسها لا الى ضغط او مانع ميكانيكي . وافضل طريقة لمعالجتها هي لف الاطراف برباط من الكريب من اسفل الى اعلى ، او استعمال جوارب من المطاط حين المشي نهاراً ورفع الرجلين عند النوم برفع الفراش تحتهما قليلاً فيكون الرأس بذلك على مستوى اوطى من مستوى الاطراف ، ورفعهما مرتين او ثلاث في النهار كما اشرنا الى ذلك في التورّم .

٤ — الليكوريا : — وهي اسم يطلق على افرازات المهبل في الاشهر الاولى والاخيرة من الحمل قد تزول دون الحاجة الى المعالجة . اما اذا كانت غزيرة ذات لون اصفر او اخضر وجبت استشارة الطبيب خوفاً من وجود جراثيم قد تضر بصحة الام والطفل معاً . ويحسن معها تنظيف الفرج بمحلول البوريك ودهنه من الخارج بزيت الزيتون النقي او الفازيلين ، والحذر كل الحذر من استعمال الحقنة المهبلية دون اعلام الطبيب بالامر

٥ — الحكة الفرجية : — وهي مسببة عن ازدياد الافرازات المهبلية او وفرة الليكوريا او تكون عارضاً من عوارض التسممات الامتصاصية في



كيفية لف الرجلين عندما تصاب الحامل بالدوالي .



الدم ويمكن تخفيفها بغسل الفرج من الخارج بمحلول بيكربونات الصودا او حامض الكربوليك المخفف او ماء النعناع او بمروغ كاَمين .

٦ — **تدلي البطن .** — وسببه ضعف العضلات البطنية وارتخاؤها فتتدلى الرحم الى الاسفل وقد يمتد البطن من جراء ذلك الى ما بين الساقين. وفي البكريات قد يكون هذا التدلي مسبباً عن عدم دخول رأس الجنين في الحوض لسبب ما فيصعب المشي على الحامل وتنتابها آلام في الظهر يساعد على تخفيفها استعمال الحزام البطني .

٧ — **المغص .** — تشتكي الحامل كثيراً من مغص قد يكون مسبباً عن الامساك او التهاب الزائدة المزمن او التصاقات معوية او لبس المشدات الضيقة (الكورست) او الدوالي في اوردة الحوض تجب معها معرفة السبب ومعالجته .

٨ — **الحرقة .** — وهي كلمة تعبر بها العامة عن اعراض مختلفة كسوء الهضم وحمض في المعدة تصيب الحامل وتزعجها جداً . ومما يزيلها استعمال المواد القلوية كاقراص الصودا النعناعية والزيتون والبزورات المملحة ، بشرط ان تُمضغ جيداً ، او المغنيزيا . ويجب عند الشعور بها الاقلال من المواد الدهنية او الاستغناء عنها واتباع عادة الاكل ست مرات في النهار بكميات قليلة عوضاً عن ثلاث مرات .

٩ — **الاسنان .** — اذا ما انتابت الحامل آلام الاسنان او الاضراس فربما كان ذلك مسبباً عن تهيج عصبي او نخر فيها كما ذكرنا قبلاً . ولا خوف

من قلع احد الاسنان او الاضراس عند الحاجة انما يجب الامتناع عن حشوها او تركيب الجسور عليها او غير ذلك مما يتطلب وقتاً طويلا متعباً . اما اذا غزرت حموضة الفم فتمكن ازالتها بالتغرغر بالمغنيزيا ثلاث مرات في النهار لمدة ثلاث دقائق كل مرة

١٠ — **غزارة البول .** — لقد ألمحنا قبلاً الى ان البول يغزر في الثلاثة الاشهر الاولى ، ويخف بعد ذلك مدة ، ثم يعود الى ما كان عليه اولا عند الخفة اي عند سقوط رأس الجنين في الحوض وربما كان السبب انثناء الرحم الى الوراء وانحباسها في الحوض فينتج عن ذلك ضغط على قناة مجرى البول . ولا مندوحة عن استشارة الطبيب اذا لم تتحسن حالة الحامل .

١١ — **الاغماء .** — ينتاب بعض الحوامل بعد الشهر الرابع غالباً نوبات اغماء دون ما سبب ظاهري او إثر تهيج بسيط او لمكثها في غرفة لم يتجدد الهواء فيها كفاية . وبعد بضع دقائق تزول النوبة وتعود الحامل الى حالتها العادية .

ولا خوف من معظم هذه العوارض إلاّ اذا كانت مسبّبة عن مرض في القلب ، ولا تأثير لها على الحمل ، وتمكن معالجتها بالتخفيف من المآكل والتثبت من ليونة الامعاء وتجنب المجتمعات المحتشدة والتهيج والملابس الضيقة . ولا بأس في استعمال الاملاح المنبّهة كالأمونيا عند بدء الشعور بالاغماء . اما اذا كان ثمت من خطر في تكرار امثال هذه النوبات فيجب ان لا تُترك الحامل لوحدها عند خروجها من المنزل .

١٢ – **وجع الظهر** : – من الاشتراكات المزعجة ابان الحمل آلام تنتاب الحامل في ظهرها مسببة عن احد العوامل الآتية : –

(١) ارتخاء المفاصل الحوضية

(٢) لبس الاحذية ذات الكعوب العالية

(٣) تدلي البطن

(٤) التهاب الحالبين او التهاب كؤوس الكلي

(٥) ضعف عام في عضلات الظهر والبطن لكبر الرحم

ففي الحالة الاولى يفيد الحامل استعمال مشد حوضي خاص وفي الثانية لبس الاحذية ذات الكعوب القصيرة وفي الثالثة استعمال المشد البطني وفي الرابعة استشارة الطبيب وفي الخامسة الراحة واستعمال مشد للظهر والتمسيد الخ .

الاشتراكات الشديدة : – وهي تلك الاشتراكات التي لا يمكن للحامل ولا لذويها معالجتها بانفسهم بل جُلّ ما يُتطلب منهم عند حدوثها التنبه الى اهميتها وخطورتها واعلام الطبيب بالامر حالا ليقوم بما يجب القيام به فيكون الامر اسلم عاقبة بفضل تعاون الحامل وذويها مع من وحده يستطيع تدارك الامر بالتي هي احسن . واهم تلك الاشتراكات ما يلي : –

١ – **التسممات الانتصابية في الدم** : – تكون اعراضها في بعض الاحيان تشنّجات عضلية وفي الاخرى غيبوبة وفي غيرها تقيّؤ او غير ذلك وسببها بقاء المواد السامة في الدم لعجز الكليتين عن افرازها .

٢ — **الاكلمبا :** — مرض يصيب الحامل والنفساء ويتصف بحدوث تشنّجات شبيهة بالتشنجات الصرعيـة . ويصيب الحوامل عادة اما قبل المخاض او في اثنائه ولكنه قد يحدث في اي وقت من اوقات الحمل بعد الشهر السادس وهو نادر الحدوث ابان النفاس ، وسببها التسممات الامتصاصية في الدم .

٣ — **النزف :** — يلازم الحمل امكانية حدوث النزف من الاعضاء التناسلية . ففي الاشهر الاولى يحتمل ان يكون مسبباً عن الاسقاط او الاجهاض وفي الاشهر الاخيرة عن وجود المشيمة عند عنق الرحم عوضاً ان تكون في قاعها ، او لانفصالها الباكر . ولعل من الخير التوسع



شكل ٤٠ — هنا المشيمة تمنع ولادة الطفل لوجودها في فوهة عنق الرحم فينتج عن ذلك نزف خطر



شكل ٤١ - انفصال المشيمة الباكر

في مسألة الاسقاط او الاجهاض لانها من الامور التي يساء فهمها كثيراً فينتج عن ذلك اضرار عديدة .

اسباب الاجهاض : - الاجهاض القاء الجنين خارج الرحم لغير تمام . وكثيراً ما يكون عادياً في بعض النساء بسبب عامل وراثي او لضعف في بطانة الرحم او يكون مسبباً عن وجود الزهري (السفلس) او انثناء خلفي في الرحم او تغير في مركز المشيمه او محدثاً بعوامل خارجية قد يكون الاجهاض مقصوداً بها او لا يكون . وهناك أحوال يموت فيها

الجنين في رحم امه فيلقى الى الخارج بعد بضع ساعات أو ايام واحياناً يبقى مدة طويلة . ويتساءل الناس كثيراً عما اذا كان الاجهاض يجوز شرعاً ، وجواباً على ذلك اقول انه اذا كان ثمت من خطر على حياة الام في بقاء الجنين داخل الرحم بسبب مرض القلب او داء السل أو التهاب الكليتين المزمن مثلا وجب على الطبيب عندها اجراء عملية الاجهاض بعد استشارة اثنين من زملائه على الاقل . وفي غير ذلك لا يجوز شرعاً مطلقاً ، اذ ان القانون يعاقب عليه بصرامة وحقاً يفعل ذلك .

هل من خطر في الاجهاض ؟ — الافضل تجنبه ، الا انه عند الضرورة الشرعية يكون الخطر فيه على اقله اذا قام بالعملية طبيب اختصاصي ضمن جدران المستشفى حيث تتوفر وسائل التعقيم والنظافة وما شاكل . اما اذا كان الامر بعكس ذلك فكثيراً ما يكون سبباً في جر الويلات والمخاطر على المرأة . وقد تحدث من جرائه التهابات في الاعضاء التناسلية الداخلية تسبب العقم المزمن او الاوجاع والآلام الدائمة مما يجعل الحياة مرة طيلة العمر . وافضل ما اختم به هذا المقال هو نصيحتي لكل حامل ان لا تفكر باحداث الاجهاض غير الشرعي لان اجراء هذه العملية اشد خطراً على حياتها من حادث الولادة الطبيعي أو من العملية القيصرية التي يخافها الكثيرون جهلا . وفي أحوال عديدة يتذرع العامة بالوسائل المختلفة للاجهاض باستعمال العقاقير والادوية أو نصائح القوابل الجاهلات فتكون النتيجة في أغلب الاحيان الاضرار المزمنة .

ضرورة الفحص الطبي قبل الزواج . — ولعل من الخير ان نختم هذا

الفصل بتنبيه الرأي العام الى ضرورة الفحص الطبي قبل الزواج لانه يمكننا بذلك تلافي الكثير من الاشتراكات المزعجة في اثناء حياة المرأة التناسلية . فيبدأ الزوجان حياتهما الجديدة وكلٌ منهما واثق بان رفيق حياته صحيح البنيـة سليم الجسم لا خطر معه من التلوث بالامراض المعدية التي ربما تنغص عيشهما وعيش اولادهما في المستقبل فينقلب نور حياتهما ظلاماً وسعادتهما شقاء .

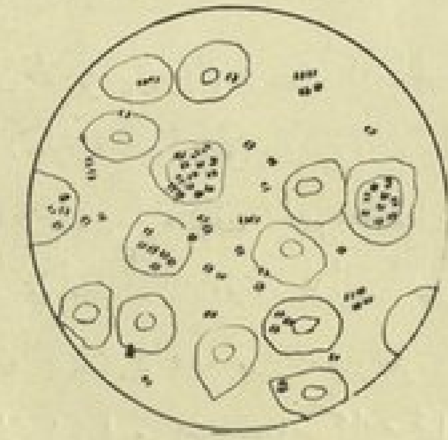
وكم كان للفحص الطبي من اياد بيضاء على الزوجين في تنبيه كل منهما الى الحيطة التي يجب اتخاذها والحياة الواجب اتباعها فنجيا بذلك من أخطار عديدة ربما كانت تداهمهما على حين غرة فتسلبهما صفاء العيش ولذته . وحبذا لو يعم هذا الفحص جميع طبقات أبناء البلاد أو يشجع عليه الرأي العام او القانون فنقضي بذلك على معظم المساوىء والامراض التي تفتك في كياننا فتكاً ذريعاً لا يعرفه الا كل من خبر الموضوع ورأى بام عينه الحوادث المؤلمة الواحدة تلوَ الاخرى .

اعرف امرأة تزوجت رجلا كان لا يزال داء الزهري كامناً فيه منذ مدة طويلة فما ان تم العرس وفرح الاهلون والمحبون حتى جاء اليوم الاسود العصيب الذي ولدت فيه تلك الام طفلا مقعـداً منتوف الجلد كفيف البصر مشوه الخلقة أكل فيه داء الزهري أعضاءه المختلفة ومـا أبصر نور هذا الوجود حتى واروه في القبر والأم قد جمدت عيناها وجف دمعها ونظرت اليه نظرة ملؤها الاسف والحنان — الاسف على مـاض جميل كانت تحلم فيه احلاماً جميلة ، والحنان على ذلك المخلوق التعيس الذي حل به مـا حل

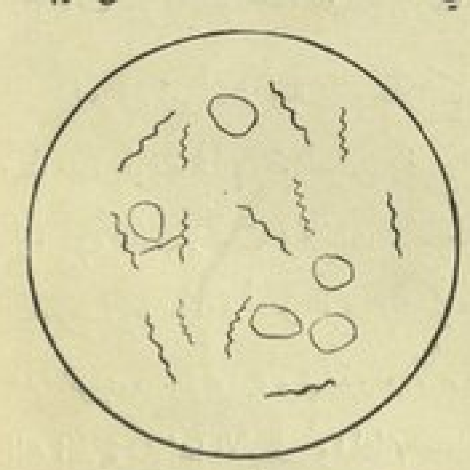


شكل ٤٢ — . . . فما ان تم العرس حتى جاء اليوم الاسود العصيب . . .

دون ما ذنب جناه أو جرم اقترفه . و كانت حياة الزوجين تعيسة بعد ذلك
فمات الرجل من جراء المرض وبقيت هي وحدها بعده والداء كامن فيها



شكل ٤٣ — مكروب التعقيبة



شكل ٤٤ — مكروب الزهري

كمون النار في الاجسام تدأب وتشتغل وتصارع الحياة وتصارعها في سبيل كسب قوتها اليومي . ولو استشار الزوجان الطبيب قبل الزواج لكان أشار عليهما بالمعالجة اللازمة فشفي الزوج وسلمت المرأة من خطر العدوى وعاش الطفل لا بل أطفال كثيرون لهما و كانت حياتهما سعيدة ومباركة . هذه حادثة من حوادث عديدة خبرتها بنفسي أختم بها هذا الفصل منبهاً الرأي العام الى ضرورة التثبت من صحة الزوجين قبل الزواج ومذكراً الهيئة الاجتماعية بالقيام بهذا الواجب الانساني الهام ولعل في الذكرى عبرة لقوم يعقلون



شكل ٤٥ — داء الزهري الوراثي
« ان الله يفتقد ذنوب الآباء في الابناء في الجيل الثالث والرابع »

الفَصْلُ السَّادِسُ

الولادة والنفاس

يبتدىء الحمل بالعلوق وينتهي بطرد الجنين والمشيمة من الحوض او القناة الوالدة وتدوم مدته في الاحوال العـادية تسعة اشهر شمسية أو عشرة قمرية او اربعين اسبوعاً أو مئتين وثمانين يوما مع تفـاوت يبلغ نحو الاسبوعين زيادةً او نقصاناً ، اذ ان الجنين ينمو في بعض النساء بسرعة اكثر مما ينمو في سواهن فيكون ذو الثمانية الاشهر في بعضهن معـادلا لذي التسعة في غيرهن . ويطلق اسم الولادة على الطريقة التي بها يلقى الجنين والمشيمة خارج الرحم وقد يكون قابلا للحياة في نهاية سبعة اشهر قمرية او ثمانية وعشرين اسبوعاً ، الا انه اذا وُلد آنئذ فلا يكون قوياً وربما عاش بضع ساعات فقط . وما الاجهاض الا الحالة التي فيها تلد المرأة الجنين قبل ان يصير قابلا للحياة خارج الرحم ، أو بكلمة اخرى هو انتهـاء الحمل قبل نهاية الاسبوع الثامن والعشرين . وهنـالك الولادة المعجلة ايضاً وهي تختلف عن غيرها بانها عبارة عن انتهاء الحمل بعد ان يكون قد اصبح الجنين قابلا للحياة خارج الرحم وقبل حلول أوان الولادة المنتظرة باسبوعين

وعند ما تنتهي الولادة تبدأ الرحم حالا بالضمور فتعود الى حجمهـا الاصلي ويتنبه الثديان عندها ويبتدىء درّ الحليب تدريجياً .

ولذا يمكننا الان تحديد الولادة بالوظيفة التي بها يقذف الجنين والمشيمة وسط الممر الطبيعي لهما وتبدأ الانقباضات في الاعضاء التناسلية ويأخذ الحليب بدرّ . اما سبب الولادة وما يؤثر في الرحم التي آوت ساكنها طول هذه المدة فتدفعه عند نهايتها الى الخارج فما لا يزال مجهولا .

ولا يحين ميعاد الولادة غالبًا دون سابق انذارات تدعى بالامارات المنبهة ، فتشعر المرأة في اكثر الاحيان بثقل في الجسم وتعب في الاسابيع الاخيرة ويبطؤ مشيها وتنتابها غزارة في البول ويلازمها افراز مخاطي من الاعضاء التناسلية وآلام خفيفة في البطن واماكن اخرى . الا ان هنالك ثلاث علامات تدل على اقتراب وقت الولادة وهي الخفة والطلق الكاذب وبشارة الولادة

الخفة . — في الاسبوعين الاخيرين ، وخصوصاً في البكريات ، يسقط رأس الجنين في الحوض ويندفع جسمه الى الامام قليلا فينخفض خط التمنطق وتتسع منطقة المعدة وتغدو السرة اكثر بروزاً فيزداد التنفس سهولة والمشي تباطؤًا ، ويضغط الرأس على المثانة عند دخوله في الحوض الاصغر او الحقيقي فيغزر التبويل وتكثر مراته ويتأثر المستقيم ايضاً لذلك وينتاب الامعاء امساك شديد أو اسهال في بعض الاحيان . وتدعى هذة الظاهرة (اي سقوط رأس الطفل في الحوض وما يصاحبها) الخفة وتعرف عند العامة بالسقوط . ويرافقها احياناً آلام خفيفة تشبه الطلق ، وهي علامة حسنة تدل على عدم وجود الموانع الولادية كعدم التناسب بين حجم رأس الطفل وحجم الحوض ، او بكلمة اخرى ، ان رأس الطفل لا يزيد

عن الحوض كبيرا .

الطلق الكاذب : - وينتاب بعض الاحيان الولودات (اللواتي ولدن مراراً) آلام في الامعاء تتراوح مدتها بين بضعة ايام وثلاثة اسابيع تجيء في الليل غالباً وتزول عند الصباح . وهي كثيراً ما تكون مسببة عن ريح في الامعاء تمكن معالجتها بشرب زيت الخروع او استعمال المحقنة . وتكون احياناً ناشئة عن انقباضات رحمية مؤلمة تزول بالحمام الساخن او الشراب الحار وندر ان تستعمل لها الادوية المسكنة . وهذه الآلام تقلق راحة الطبيب لانها ربما تشبه الطلق تمام الشبه فيعسر التمييز بينهما فيدعى الطبيب والممرضة ، دون ان يكون لوجودهما فائدة ولا لاقلاق راحتهما مبرّر .

بشارة الولادة . - وقبل بدء الولادة بمدة تتراوح بين بضع ساعات واربع وعشرين ساعة تخرج من المهبل افرازات مخاطية معرقة بالدم تدعى بشارة الولادة ، وهي السدادة المخاطية التي تملأ قناة عنق الرحم ابان الحمل . وفي بعض الاحيان لا تظهر البشارة او يتأخر ظهورها الى ما بعد بدء الولادة بقليل . وندر ان يكون الدم فيها غزيراً ولذا وجب استدعاء الطبيب عند كثرته اذ انه ربما يدل على ان المشيمة قد بدأت بالانفصال عن الرحم ، او انها عند فوهتها وفي ذلك بعض الخطر . وربما يتمزق الكيس الامنيوسي دلالة على حلول ساعة الولادة . الا ان هذه العلامة لا يُرحَّب بها لانه بخروج السائل الامنيوسي عند التمزق تفقد المرأة اوفق عامل يساعد على توسيع فم الرحم فينتج من جراء ذلك الولادة الجافة .

ادوار الولادة . — للولادة ثلاثة ادوار . الدور الاول دور التمدد ويبتدئ بالطلق وينتهي بتوسع فوهة الرحم تماماً وغالباً ما ينفجر الكيس الامنيوسي في نهاية هذا الدور .

الدور الثاني . ويدعى دور القذف ويمتد منذ وقت توسع عنق الرحم الى وقت قذف المولود خارجاً

الدور الثالث . ويدعى دور تخليص المشيمة ويمتد منذ وقت قذف المولود حتى خروج المشيمة او الخلاص وانقباض الرحم ، ومدته تتراوح بين عشرين وخمس واربعين دقيقة .

ويختلف طول مدة الولادة باختلاف الاشخاص . ففي بعض الآنات تتم باقل من ساعتين ونـدر ان تدوم مدتها عدة ايام . ومعدل وقت الولادة عندالبكريات يبلغ نحواً من ثماني عشرة ساعة بينما هو في الولودات اثنتا عشرة ساعة والسبب في ذلك صلابة اعضاء التوالد عند البكرية ، فيستغرق الدور الاول معظم الوقت لان الدور الثاني عندها لا يتجاوز الساعتين وعند الولود ثلاثين دقيقة او اقل .

ومن يلاحظ كيفية الولادة بتدقيق يرَ انها ليست الا عبارة عن طريقة ميكانيكيةقوامها تأثير قوة دافعة في الجنين والمشيمة قاذفة بهما وسط اعضاء الام التناسلية الى الخارج . ففي الدور الاول تقوم الرحم وحدها بوظيفة القذف ، وفي الدور الثاني يبدأ عمل العضلات البطنية فيحدث احياناً من جراء اتحاد القوتين معاًضغط شديد ربما يضر بالام ان لم تحذَّر وتدرَّب . وتتصف الادوار الثلاثة بالآلام المسببة عن الانقباضات الرحمية والبطنية

ولذا يطلق عليها في كل اللغات ما معناه الالم اي الطلق او المخاض .

واذا ما لاحظنا البطن عند حدوث الطلق نرَ ان الرحم تتصلب كلها تماماً متجهة نحو الاضلاع وقد بان بروزهـا . وعند الطلق الشديد تصبح كالخشب صلابة . فاذا ما زال ترتخي ويختفي حدها البارز ويتمدد البطن .

وفي بدء الولادة يكون الطلق قصير الامد ضعيفاً والمدة بين الطلقة واختها طويلة ولكنه يأخذ بالازدياد قوة وامداً تدريجياً ، وتقل المدة بين طلقة واخرى من ساعة الى ثلاثين دقيقة فخمس عشرة فعشر دقائق فخمس الى ان تصير الطلقة تأتي تلو الاخرى عند النهاية . ولذا نستطيع ملاحظة تكرار الطلق وقوته وطول امـده لنحكم منه على اقتراب الاوان .

كيس المياه او الكيس الامنيوسي : — اول ما ينتج عن الانقباضات الرحمية بروز جزء من كيس المياه وما هو الا ذلك القسم من الغشاء او الكيس المحيط بالجنين الذي يغطي فوهة الرحم الداخلية ، وقد اصبح الان تحت تأثير الضغط الناتج عن الانقباض ضمن الفوهة متجهاً من الداخل الى الخارج . وبما ان عنق الرحم اضعف مقاومة من سواه من أجزاء الرحم يُحشر السائل الامنيوسي بسبب الانقباضات في هذه الجهة فيبرز القسم المغطي الفوهة منه الى الخارج ويبدو بهيئة الجيب ، ولذا يدعى جيب المياه ايضاً . وله وظائف هامة اولها انه يمدد عنق الرحم والمهبل بلطف وتساو دون ان يكون ثمت خطر ما . وثانياً يقي الجنين خطر الضغط على مكان واحد اكثر من سواه

فيمنع الضرر عنه ، وذلك طبقاً لناموس الضغط على السوائل اذ تتوزع القوة فيها بالتساوي الى كل الجهات . وثالثاً يمنع حبل السرة من الهبوط قبل اوانه . ورابعاً يصد ما ربما يكون في المهبل من الجراثيم عن الدخول الى الرحم او الاتصال الى عيني الجنين .

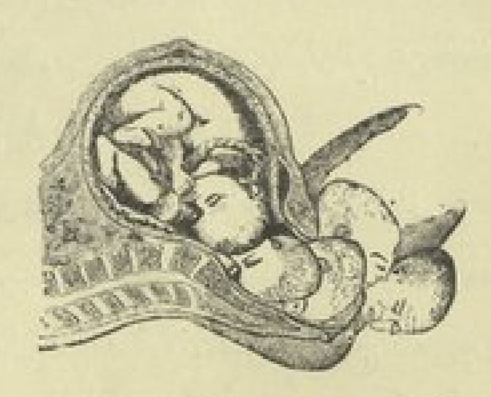
ويحشر المخاض او الطلق الكيس نزولا وسط العنق موسعاً اياه فيحدث بذلك ما ندعوه بتقصير العنق وامحائه الى ان يصبح قطره بقدر قطر المهبل فيكون بالنتيجة ممرٌ متواصل لخروج الجنين . واذ ذاك يتمزق الكيس عادة وربما تأخر ذلك الى ما بعد . وكثيراً ما يتفاءل الناس خيراً اذا ما ولد الجنين والكيس لا يزال على وجهه متخذين ذلك دليل سعد يبشر بمستقبل باهر للطفل .

وعند ما تحدث الانقباضات الرحمية يحشر كل شيء داخل الرحم في جهة العنق فلا مناص عندها للجنين من اتباع هذا الاتجاه فيمر وسط الفوهة عندما يتم توسعها توسعاً كافياً ومنها الى المهبل .

وهنا يبتدىء الدور الثاني وتضيف الماخض جهودها الى قوة الطلق فيدفع رأس الجنين وسط المهبل .

ويأخذ الرأس بالدوران وهو ينحشر في الحوض ويدعى هذا بالدوران الداخلي ، ويكون الطلق عندها شديداً والمدة بين طلقة واخرى دقيقتان . ثم يأخذ الفرج بالتوسع وبعد قليل تظهر جلدة الرأس المثناة وسطه ، وبتأثير الطلق وجهود الام الشديدة الطوعية يتوسع الفرج اكثر فاكثر ليسهل مرور الجنين . وبعد خروج الرأس يدور الوجه الى جهة

واحدة بسبب انفلات العنق ودوران الكتفين داخل الحوض وهذا يدعى بالدوران الخارجي . وبعد فترة سكون يبرز الكتفان



شكل ٤٦ – انزلاق الرأس في الحوض

ويتلوهما الجذع حالا ، فيعطس الطفل او يشهق ويأخذ في الصراخ بشدة . ويتلو ذلك خروج الدم والسائل الامنيوسي واطراف كيس المياه . فيبطل الطلق وتشعر الام براحة عظمى .

وهنا ينتهي الدور الثاني ويبدأ الدور الثالث وفيه تكون الماخض تعبة وربما استولى عليها الكرى خصوصاً اذا كان قد استعمل البنج المخفف للالام . وبعد فترة قصيرة يمكن فيها جس الرحم فتبدو بشكل مستدير بقدر رأس جوزة الهند حجماً تحت السرة ، ويبدأ الطلق المدعو بطلق المشيمة وتكون المدة فيه بين طلقة واخرى نحواً من ثلاث او اربع دقائق . فتنفصل من جراء ذلك المشيمة عن بطانة الرحم وتقذف الى المهبل ثم يأخذ حبل السرة بالانزلاق . وبجهود الماخض الطوعية او ضغط المولد على الرحم من الخارج تخرج المشيمة فتضعها الممرضة في اناء معقم او يقبض عليها الطبيب جاذباً اياها مع

اغشية الكيس الباقية بلطف الى ان يتم انفصالها تماماً عن الرحم . وهكذا ينتهي الدور الثالث للولادة ويبدأ طور النفاس فتدعى المرأة عندها نفساء .

اوضاع الجنين المختلفة : - قبل البدء بموضوع النفاس لابد لنا من ذكر شيء عن الاوضاع المختلفة التي يجيء بها الجنين . فاننا حتى الان لم نذكر الا وضعاً واحداً وهو المجيء بالقمة اي ان رأس الجنين عند الولادة يكون متجهاً الى الاسفل . الا ان الطفل ابان الحمل يتحرك كثيراً في بطن امه فيغير وضعيته فيبدو منه حين الولادة كتفه اولا او مقعدته او وجهه او جبهته الى غير ذلك من الاوضاع المبينة في الاشكال التالية . وفي احوال كهذه قد تعسر الولادة فيضطر الطبيب الى تحويل الوضعية لتسهيل الامر . الا اننا يجب ان لا نتخوف كثيراً من هذه الاتجاهات المختلفة فأسهلها ، اي المجيء بالقمة ، يقع في معظم الحوادث اي في ٩٦ بالماية منها والمجيء بالمقعدة في ٢،٧ بالماية منها وبالكتفين في ٧ بالالف وبالوجه في ٦ بالالف .





شكل ٤٧ — المجيء بالقمة

النفاس :— تمتاز مدة النفاس بحادثين هامين اولهما ضمور الاعضاء التناسلية وعودتها الى حالتها الاولى وثانيهما ازدياد حجم الثديين للقيام بوظيفة الارضاع :



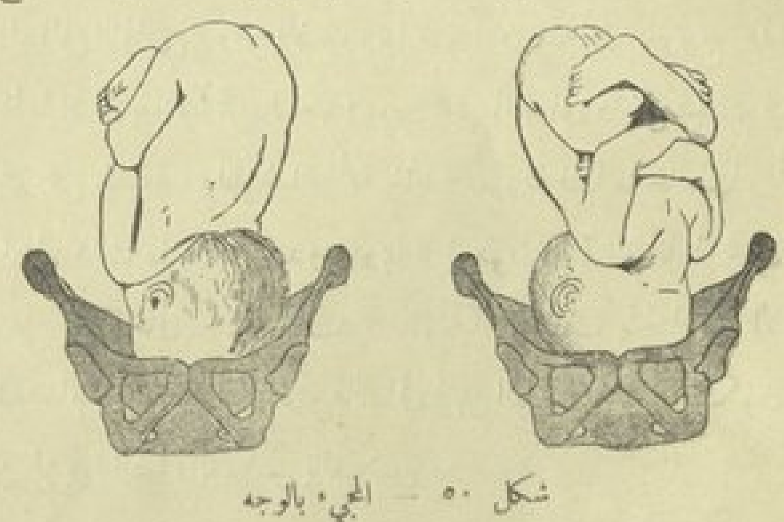

شكل ٤٨ — المجيء بالقمة

ضمور الاعضاء التناسلية :— بعد الولادة يكون حجم الرحم بقدر جوزة الهند وتزن حوالى ٩٠٠ كرام ومن ثم تأخذ بالضمور رويداً فتتحول




شكل ٤٩ — المجيء بالمقعدة

بعض عناصرهـا الى مواد شحمية يسهل على الجسم امتصاصهـا فتزول بالتدريج . ويمكننا ملاحظة هذا التغيير بجس الرحم من الخارج فتكون في اليوم الاول عالية ربما تصل الى السرة وفي اليوم الثالث تهبط فتصبح على



شكل ٥٠ — المجيء بالوجه

بعد ثماني اصابع من العانة وفي اليوم الخامس على بعد ست اصابع منها . وبعد اليوم الثاني عشر لا يمكن الاحساس بها جساً . ومما لابد لنا ملاحظته هو ان الرحم تظل تتقلص وتتمدد خلال الاسبوع الاول بعد الولادة فتسبب آلاماً طفيفة تسمى آلام النفاس وتعرف عند العامة (بالتخولف) .



شكل ٥١ — المجيء بالكتف

اللوخيا او السائل النفاسي : – عند ضمور الرحم ينزع الغشاء الداخلي او البطانة الرحمية كي ما تتجدد مرة ثانية . ويرافق هذا خروج سائل من الاعضاء التناسلية يحمل معه ما تمزق من الغشاء الى الخارج يعرف باللوخيا او السائل النفاسي . ومن الضروري صحياً ان يكون خروج هذا السائل منتظماً اذ ان بقاءه ضمن الرحم يسبب امتصاصه الى داخل الجسم فينتج عن ذلك حمى خفيفة . وللوخيا رائحة خاصة معروفة فاذا ما خالطتها رائحة تعفن ما ، دلّ ذلك على وجود عدوى ربما لا تكون هامة احيانا انما يجب الانتباه لها على كل حال . اما مقدار اللوخيا فيختلف باختلاف الاشخاص والاجسام وكيفية الولادة . فاللواتي فيهن الطمث غزير تكون اللوخيا فيهن غزيرة ايضاً والعكس بالعكس .

وتضمر ايضاً بقية الاعضاء التناسلية التي تكون قد تمزقت نوعا ما اثناء الولادة ، وندر ان تعود الاجهزة الحوضية والجدران البطنية الى حالتها الاولى تماماً . وتتوقف صحة النفساء على حدوث هذا الضمور بطريقة منتظمة دون ان يعتريها خلل ما . واحسن دليل على حسن انتظام الضمور هو متانة الرحم وتقلص حجمها بسرعة وخروج اللوخيا بطريقة طبيعية ، وربما عاد الطمث بعد ستة او ثمانية اسابيع من الولادة .

ازدياد حجم الثديين : – قلنا فيما سلف ان مدة النفاس تمتاز بحادثين هامين اولها ضمور الاعضاء التناسلية وقد تكلمنا عنه . فبقي علينا الامر الثاني الا وهو ازدياد حجم الثديين وما يرافقه من تطورات .

يخرج من ثدي النفساء اول يوم بعد الولادة مادة صمغية عسرة الهضم

تدعى باللبأ وتسبب اسهالاً للطفل ، ولكن لها فائدتها الطبيعية اذ انها تحوي مواد تكسب الطفل مناعة ضد العدوى . وفي اليوم الثاني تزداد كمية الصمغ وتمتاز بلونها الاصفر لامتزاجها بمواد دهنية . وتتجمع في اليوم الثاني او الثالث مواد ليمفاوية ودموية في الثديين وتحتقن هنالك فينتج عن ذلك انتفاخها وازدياد حجمها زيادة يعسر معها على الطفل تناول الحلمة لتسطحها . وتعتقد العامة ان هذا الانتفاخ ، الذي عرفنا سببه مما مر ، ناتج عن احتقان الحليب في الثديين وهذا خطأ فادح لان الحليب لم يفرز بعد انما هو على اهبة التكون تحت تأثير الرضاع ، ولا يمضي يومان او ثلاثة حتى يزول هذا الانتفاخ ويأخذ الثديان بافراز الحليب في ساعات منتظمة يجب على الام المحافظة عليها تسهيلاً لانتظام دره . اما اذا بقي الانتفاخ مدة تزيد عن اليومين او الثلاثة فالحالة تستدعي المعالجة .

ومن الاوهام العالقة باذهان العامة انه اذا رافق انتفاخ الثديين ارتفاع في الحرارة كما يحدث بعض الاحيان كان الامر طبيعياً ، وقد دلت الاختبارات على ان الواقع بالعكس سببه وجود عدوى ، يجب البحث عنها ومعالجتها لانه لا يمكن بوجه من الوجوه ان ينتج عن انتفاخ الثديين الطبيعي المذكور آنفا ارتفاع في الحرارة .

التغيرات العمومية في النفساء : — من اهم ما يجب ان نذكره دائماً هو ان النفساء تختلف عن بقية النساء في بعض حالاتها ولذا وجبت العناية بها ومراقبة التطورات التي تطرأ عليها . فمن الطبيعي ان تكون درجة الحرارة فيها احيانا اكثر من المعتاد ، انما اذا زاد ارتفاعها عن الثمانية والثلاثين

ستتيغراد دل ذلك على وجود اشتراكات يجب الانتباه لها . واذا ما زادت دقات النبض عن الثماني والثمانين في الدقيقة دل ذلك على عدم انتظام الجسم المسبب اما عن نزف او عدوى او غير ذلك . ومن الطبيعي ايضاً ان تهزل النفساء في بادئ الامر لامور عديدة كخروج اللوخيا وضمور الاعضاء التناسلية وزيادة العرق والبول ، انما لا يمر القليل من الزمن حتى تأخذ بالعودة الى حالتها الطبيعية ، فلا بأس من التساهل بانواع الطعام وكميته بعد استشارة الطبيب . ولا يكاد يمر الاسبوع الخامس او السادس حتى تكون النفساء قد استردّت ما فقدته وعاد جسمها كما كان قبلاً .

الكليتان : — يزيد نشاط الكليتين اثناء النفاس فيكثر در البول منهما الى المثانة ، ولذا وجب الانتباه لحفظ مجرى البول من المثانة الى الخارج حراً لا ضغط عليه بسبب التغيرات الرحمية والا سبب ذلك احتقاناً تكون نتائجه وخيمة اذا لم تتخذ الاجراءآت اللازمة . ومما يسبب عسر البول ايضاً اضطرار المرأة الى ملازمة الفراش في اثناء النفاس لانه يصعب على الكثيرين البول مضطجعين ، وضعف الجدران البطنية بسبب تمددها الزائد ابان الحمل لان هذه تساعد وهي في حالتها الطبيعية على درّ البول بضغطها على المثانة .

الامعاء : — ومن الظواهر الطبيعية في النفساء الامساك المسبب عن اضطجاعها على الفراش مدة طويلة وعن تمدد العضلات البطنية وضعفها بسبب الحمل ولذا وجب اتخاذ الطرق اللازمة لمساعدة الامعاء على افراز محتوياتها كالرياضة الخفيفة والنفساء مضطجعة على الفراش وغير ذلك مما سنشرحه

حين التكلم عن العناية ابان النفاس .

الجلد : — يزداد نشاط الجلد ابان النفاس فيخرج العرق من مسامه بغزارة تدعو الى اتخاذ الوقاية اللازمة وتجنب التعرض للمجاري الهوائية او البرد . وتفوح من النفساء رائحة طبيعية مسببة عن العرق الزائد تستدعي العناية بنظافة الجسم . اما اذا تغير نوع هـذه الرائحة دلّ ذلك على وجود اشتراكات قد تكون مسببة عن زيادة كية الحامض البولي (بوربه) في الدم او وجود عدوى يجب الانتباه لها .

حالة النفساء العقلية : — من الطبيعي ايضاً ان يطرأ تغير على حالة النفساء العقلية فتصبح اكثر تأثراً عصبياً ، ويستيقظ فيها الشعور بالمسؤولية نحو طفلها ، ويرافق ذلك تطور في تكييف نفسها لحالتها الجديدة ولمحيطها مما يحتم على من حولها بذل قصارى الجهد في ابعاد كل مامن شأنه اقلاق راحتها او ازعاجها . ولقد ادرك الرومانيون هذه الحقيقة الناصعة فكان المجرم ابعد من ان تناله يد العدالة اذا ما لجأ الى منزل نفساء ، وكان لا يسمح لجابي الاعشار والضرائب بولوج عتبة منزلها . فهلاّ يحتم علينا الواجب ان نكون نحن في القرن العشرين اكثر رفقاً بها ؟

واذا ما وقفت معي يا اختي القارئة هنـا والقيت نظرة عمومية على وظيفة الامومة المقدسة وراجعت تاريخ تطوّرها منذ نمو الجنين من نطفة صغيرة الى ان يصبح مخلوقاً جميلاً بين ذراعي امه ، على التغيرات التي تطرأ على الاعضاء التناسلية والجسم عموماً لتهيء حرزاً منيعاً له يلجأ اليه وتكيّف جسم الام ليعضد الطبيعة في عملها الهام — على آلام المخاض ابان الولادة —

على تلك الطريقة العجيبة التي بها يرى الجنين نور هذا الوجود – على التغيرات النفاسية التي بها تضمر الاعضاء التناسلية وتعود الى نحو ما كانت عليه فتهيء القدرة الالهية معينا في الام بدر لبانه لتغذية الجنين صغيراً ، اقول اذا ما وقفنا وجهاً لوجه تجاه هذه الحقائق الابدية الراهنة يستولي علينا الخشوع والوقار والرهبة والاحترام للامومة المتالمة المباركة التي تقدسها الاديان ويخفق لها فؤاد كل مخلوق حي حبًا ، ويرعى ذمامها ضمير كل امرىء مهما كان ميتا ، وتتحرك اوتار القلوب حنوا عند ذكراها ولا غرو في ذلك فالدنيا ام !



الفَصْلُ السَّابعُ

الطفل المولود حديثا

يحسن بنا الآن وقد تتبعنا تاريخ حياة الطفل منذ العلوق حتى الولادة ، ان نقف قليلاً وندرسه في الاسبوعين الاولين من حياته خارج الرحم لانهما يكونان اخطر برهة في حياته . وكثيراً ما تحدث الوفيات في هذه الاثناء لعدم مقدرته على مقاومة عناصر محيطه الجديد .

هوذا الطفل بين يديك يا اختي الوالدة هبة خصك الله بالعناية بها بادئ ذي بدء ، وهوذا وديعة المدنية والنسل الجديد امانة في عنقك ، طفل صغير لا يقوى على الدفاع عن نفسه ولا حياة له الا بحياتك وعنايتك . ولقد جعل الباري من حنوك عليه عاطفة سامية — هي اقدس العواطف وانبلها — تحملك على مساعدة ذلك المخلوق الصغير الضعيف الذي لا يقوى على مساعدة نفسه بقلب ملوءه الحب والحنان والاخلاص . ولكن اعلمي يا اختي القارئة



شكل ٥٢

ان العاطفة والحب والاخلاص لا تكفي ان لم تكن مقرونة بتطبيق المبادىء العلمية الصحيحة .

شكل ٥٣

قلت فيما سبق ان الاسبوعين الاولين من حياة طفلك الجديد هما اخطر برهة في حياته ولا مبالغة في الامر . لقد كان طفلك قبلاً وهو داخل الرحم محاطاً بعناية تامة تدرأ عنه الاذى وتمنع عنه الضرر ، فدرجة الحرارة ثابتة لا تتغير والماء والطعام يأتيانه بطريقة لا تسبب له اقل انزعاج او عناء . اما الآن وقد عانى ما عانى من المشقات اثناء الولادة وخرج الى محيطه الجديد مجابهاً عناصره الجديدة القاسية التي لا ترحم اقل ضعف فيه ، ولا ترثي له ان هو لم يقوَ على مجابهة نواميسها وشرائعها ، فعليه ان يدافع عن كيانه اشد دفاع سيعرفه في حياته وعلينا ان نقدم له كل ما يجب من المساعدات والاسعافات ليتكلل دفاعه بالنجاح . واول عمل شاق تطلبه منه الطبيعة الجبارة هو التنفس . فمع استعداد جهازه التنفسي للعمل نراه يشهق شهقات متتالية يرافقها صراخ يثير فينا الالم . ويكاد الطفل في كثير من الحالات يختنق لصعوبة مرور الهواء في جهازه التنفسي ولعدم اعتياده هذا الامر . ولذا وجبت العناية التامة آنئذٍ ومراقبة حركاته وصراخه وتقديم الاسعافات اللازمة له عند اللزوم كالتنفس الاصطناعي



شكل ٥٤

مثلاً لتساعده على استخدام رئتيه لاول مرة في حياته · فقد قيل ان الخطوة الاولى هي دائماً اصعب خطوة · ولا يتم التنفس عنده بسهولة الا بعد مرور ساعات يكون في اثنائها الفم والانف ازرقين وكذلك اليدان والرجلان ·

وفي العالم الجديد الذي يجابهه طفلك لاول مرة يجابه فيه ايضاً ميكروباته وجراثيمه التي كان عنها في حرز منيع نوعاً ما · ولذا وجبت العناية بطعامه وحمايته من العدوى التي ربما لا يستطيع تحمّل صدمتها لاول مرة ·

ويكون صراخ الطفل في بادىء الامر شديداً ثم يأخذ يهدأ بالتدريج فلا يصرخ بعدئذ الا عندما يكون جائعاً او منزعجاً او مريضاً · ولا بد لك من تعويد نفسك فهم صراخ طفلك ومعناه ، وهذا يأتي بالتدريج · الا ان هنالك بعض اشياء يمكنك منها الاستنتاج من نوع صراخه شيئاً عن السبب · فالأنين يدل على الاختناق او المرض ، والصراخ العالي الحاد على اضطراب دماغي ، والصراخ الممتلىء الحاد يرفس معه الطفل



شكل ٥٥

برجليه دليل على الجوع او المغص ، والصراخ المصحوب بالارتعاش والقرقرة في الامعاء والغائط الاخضر دليل على سوء الهضم.

النوم : — ومما نلاحظه آنئذ ان الطفل ينام معظم اليوم ان لم يكن مضطربا او منزعجاً لسبب ما . وبعد اسبوع او اكثر تظهر عليه امارات الادراك فيتحرك في نومه واذا ما صُدم بشيء بغتةً او فوجيء بالنور تظهر عليه اهتزازات عضلية . اما اذا اصابه الارق فذلك دليل على ان هنالك شيئاً ملماً به يجب البحث عنه وتجب معرفة سببه لازالته .

الحرارة : — في الحالات الاعتيادية تتراوح حرارة الطفل بين ٣٧ و ٣٧½ سنتيغراد ويتنفس مابين ٣٨ و ٤٤ مرة في الدقيقة ، ونبضه الاعتيادي يتراوح بين المئة والعشرين والمئة والاربعين في الدقيقة . فاذا ما ألمّ به اقلّ انزعاج زادت دقات نبضه . ومن الصعب جسُّ نبضه وعدُّه في معصمه، ولذا استعاضوا عن ذلك بجسه في الصدغين عندما يكون نائماً .



شكل ٥٦

الجلد : — يكون لون الجلد اولاً احمر مائلاً الى الازرقاق ويتطور بعد بضعة ساعات الى الاحمر العادي وتغشاه عند الولادة مادة جبنية بيضاء سميكة مؤلفة من خلايا جلدية ووبر وافرازات دهنية تجمعت عليه وهو لا يزال داخل الرحم فلا تمرّ الايام الاولى الا وينشف الجلد وربما يتشقق في الثنايا .

وربما اتخذ الجلد في بعض الاطفال بعد اليوم الثالث لونا اصفر سببه يرقان خفيف لا نعرف ما هيته تماماً يدعى بيرقان الاطفال . فاذا ما كان وقتيا لا يؤثر في الصحة بل يزول بعد بضعة ايام . اما اذ كان شديداً دل على وجود مرض ربما بقي الطفل معه مدة طويلة ضعيفاً صغير الجسم . ولذا وجب الانتباه لهذا الامر والمبادرة الى معالجته .

السرة :— بعد الولادة يربط ويقطع حبل السرة ويبقى منه بارزاً فوق بطن الطفل ما يبلغ طوله نحو عشرة سنتيمترات ، فلا تمضي بضعة ايام الا وتتقلص تلك القطعة وتضمحل رويداً ويبقى لها اثرها المعروف . ولذا كان من المتوجب الانتباه لحفظ هذا الجرح نظيفاً كي لا تتسرب اليه العدوى فتسبب اعراضاً غير محمودة عقباها .

الامعاء :— يكون غائط الطفل في الايام الاولى الثلاثة اخضر اللون مكمداً ويدعى العقي . وقد تجمعت هذه المواد في امعاءه منذ ما كان جنيناً صغيراً في بطن امه كما نستدل على ذلك من وجودها في امعاء الاجنة التي سقطت في الاشهر الاولى للحمل . فاذا ما بلغ الطفل اليوم الثالث او الخامس من العمر اصبح اللون ضارباً الى السمرة وبالتدريج يغلب عليه اخيراً اللون الاصفر بسبب طعامه العادي . ولا يكاد يحل اليوم السادس حتى يتلاشى اللون الاخضر تماماً ويقوم مقامه الاصفر الفاقع وهذا يدل على ان امعاء الطفل بحالتها الطبيعية الاعتيادية . الا انه لوحظ ان اللون الاخضر يبقى في بعض الاحوال مدة اطول مما ذكرنا . اما رائحة غائط الطفل فغير كريهة وهي تشبه رائحة اللبن المختمر ويجب ان يكون

خالياً من المواد المخاطية . اما اذا كان غير ذلك ، اي ظلّ اللون الاخضر فيه طويلاً ، وفاحت منه رائحة كريهة وظهرت عليه الرغوة والمادة المخاطية فيجب الانتباه لحالة امعاءه لانها تكون غير منتظمة تماماً . واذا ما ظل اللون الاسمر يغلب على الالوان الاخرى في الغائط دلّ ذلك على ان الطفل لا يتناول الطعام الكافي للقيام بحاجيات جسده .

الكليتان : — يبول الطفل في اثناء الساعات الاولى من ولادته دلالةً على ان كليتيه تعملان عملهما المنتظم . فاذا ما امتنع عن البول وجب البحث عن السبب وإزالته . وتظهر احياناً على الحفاض مادة حمراء اللون تشبه الغبار متأتية عن ترسّب الحامض البولي آتيا من الكليتين كما نستدل على ذلك من فحص الموتى من الاطفال بعد الايام الاولى من الولادة . ولذا وجب في مثل هذه الاحوال ان يتناول الطفل الكثير من السوائل لتخفيف كثافة الحامض البولي فيسهل درّه .

الوزن : — في الحالات الطبيعية يأخذ وزن الطفل يخف رويداً رويداً لمدة تتراوح بين اربعة وثمانية ايام . وبعدها يزداد وزنه تدريجاً حتى يعود الى ما كان عليه حين الولادة حوالى اليوم الحادي عشر . ومنذ ذلك الوقت يأخذ بالنموّ الطبيعي تدريجياً . وتختلف حالة الاطفال بهذا الخصوص باختلاف اجسامهم والطعام الذي يتناولونه . فالسمن منهم تكون خسارة الوزن فيهم اكثر من سواهم ويصدق هذا ايضاً على الذين كانت ولادتهم صعبة . واذا ما كان طعام الطفل كافياً غزيراً ويتناوله بالرضاع من ثديي امه كان النقص في الوزن اولاً

قليلاً ، وربما استعاض وزنه الاصلي بعد خمسة ايام . اما اذا بلغ من العمر ثلاثة اسابيع و كان وزنه اقل مما كان عليه حين الولادة دل ذلك على ان هنالك شيئاً يعيقه عن نموه المعتاد يجب البحث عنه والانتباه له بعد مراجعة الطبيب بشأنه . ولا خوف اذا ما ارتفعت حرارة الطفل قليلاً في اثناء نقصان وزنه في الايام الاولى، إلا اذا كان الارتفاع عظيماً ، اودام مدة اكثر من المعتاد . وعلى كل يجب اعلام الطبيب بالامر واستشارته.

ولربما افرزت الاعضاء التناسلية في انثى الاطفال مادة بيضاء يمازجها احيانا دم الطمث بكمية قليلة جداً يدوم امرها لمدة تتراوح بين اليوم الواحد والخمسة الايام . فلا ينبغي ان تقلق لظهور هذه الامارات لانها من الامور الطبيعية العادية ٠ اما اذا كان السيل غزيرا فتمكن معالجته باستعمال ثلاث نقاط من خلاصة الارغوت يومياً .

الفصل الثامن

العناية في أثناء الحمل

الجنة تحت اقدام الامهات : — حتى الان وغابتنا الفات انظار الامهات والفتيات الى ما تهمهن معرفته من حقائق علمية رصينة عند قيامهن باقدس واجب تفرضه عليهن الطبيعة ، وعن التغيرات العديدة التي تطرأ عليهن ، وعما تهيئه الطبيعة فيهن وفي محيطهن لمساعدتهن على حفظ النسل وظيفة صعبة ولكنها امجد ما فرض على مخلوق ، وظيفة الامومة التي يتغنى بها الشعراء وتقدسها الاديان ويقف لديها خاشعاً كل انسان مهما كبر وعلا . وما ابدع ما قاله النبي العربي الكريم بهذا الصدد ، الجنة تحت اقدام الامهات .

والان وقد تفهمنا مايجب علينا تفهمه يتحتم علينا ان نوجه كل اهتمامنا الى زبدة الموضوع الا وهي العناية في اثناء الحمل وفي الولادة ووقت النفاس كي تكون المرأة اكثر استعداداً لمجابهة الطوارئ ، وكي لا تتعرض حياة الطفل وحياتها لأخطار مبعثها الجهل والاهمال . وهذا يا اختي القارئة ما آمل ان تطالعيه بعناية ودقة . ولا شيء اسعد عندي من ان يكون هذا الكتاب سبباً لسعادة الكثيرات والكثيرين ، فقد طالما

تألمت وتألمت جـداً عند مجابهة حادثة من الحوادث وقد فات الاوان فيها بسبب الجهل والغباوة ، فوقفت لديها باذلاً كل ما في استطاعتي علني اتمكن من انقاذ الموقف في الساعة الاخيرة ، و كم تمنيت لو اتيح لتلك الام ان تتبع بعض التعليمات البسيطة في حينها فتقودها الى غير هذه النهاية التي قادها اليها جهلها وجهل محيطها فاراها جذلة فرحة بمولودها الجديد

ان المدنية الحديثة مع ما هي عليه من حسنات وبركات ، تفرض على كل انسان في هذا الوجود جزية ، إن في جسده او عقله ، ثمناً تتقاضاه منه عما تقدمه اليه . فاجدادنا الذين عاشوا في محيط بسيط اقرب الى الطبيعة من محيطنا ، كانوا يبلغون العمر المديد لا يعرفون لوجع الضرس معنى . اما الان فعيشتنـا المترفهة وسط المدنية الحديثة لا تساعدنا على حفظ تلك الاضراس سليمة ، فكان فن طب الاسنان و كانت المعالجة فيه . والبدوية التي تعيش في الصحراء المحرقة وتقاسي شظف العيش وخشونة المحيط تلد كما يخبرنا الكثيرون على الطريق — ولم لا وهي لا تزال في حضن الطبيعة تعيش عيشتها بعيدة عن رفاهية المدنية وبالتالي بعيدة عن الجزية التي تتطلبها منا لقاء هذه الرفاهية التي تقدمها لنا .

ولقد ذكرنا في الفصول الماضية ان الحمل يصدم كل عضو من اعضاء الجسم صدمة هائلة يتطلب معها ذلـك العضو كل ذرة من قواه للقيام بوظيفته . فاذا ما كان فيه اي خلل ، ظهر ذلك محسماً بتأثير تلك الصدمة الهائلة . ولذا وجب على الحامل ان تتقدم الى الفحص الطبي عندما تشعر بالحبل . واهم ما يتطلبه جسمها وما تحتاجه صحتها العموميـة ان تكون الكبد فيها

والكليتان والجلد والامعاء والرئتان على الخصوص صحيحة سليمة قادرة على القيام بوظائفها حق القيام .

الالبسة : - واول ما احب ان اوجه اليه الانظار العناية في اثناء الحمل بالملابس اذ يجب ان تكون بسيطة دافئة وان تتجنب الحامل الثقيلة منها والتي تضغط حول الجسم كالمشد اي « الكورسيت » والافضل ان تكون متدلية من كتفيها فيتحول الضغط بذلك من البطن الى الكتفين .

والسر كل السر ان لا يكون هنالك ما يسبب ضغطاً على الرحم من الاعلى الى الاسفل كما انه من المفيد جداً في الاشهر الاخيرة ان يسد البطن مسداً لطيفاً جداً فيفقد الجنين بذلك وضعية قد لا يكون مرتاحاً بها . اما المشد الاعتيادي فيجب الاعتياض عنه منذ الشهر الثالث بزنار بسيط وصدرية للثديين . وفي النصف الاخير من مدة الحمل يستحسن استعمال محزمة خصوصية من الجهة السفلى تساعد العضلات البطنية على حمل ثقلها الزائد آنئذٍ لا سيما اذا كانت الحامل ولوداً ، متذكرين انه لا يجوز بوجه من الوجوه احداث اي ضغط من السرة فما فوق تاركين بذلك مجالاً لنمو الرحم صعداً .

اما الاحذية فمن المحتم ان تكون كعوبها قصيرة لان الطويلة منها تسبب للحامل آلاماً في الظهر وانحطاطا في القوى فهي بطبيعة الحال ولنمو الجنين في الرحم يبرز بطنها الى الامام فيرتد رأسها وكتفاها الى الوراء حفظاً للتوازن فتتغير كيفية سيرها تغيراً محسوساً ظاهراً للعيان . فاذا ما لبست احذية ذات كعوب عالية ازداد انحناء رأسها و كتفيها الى

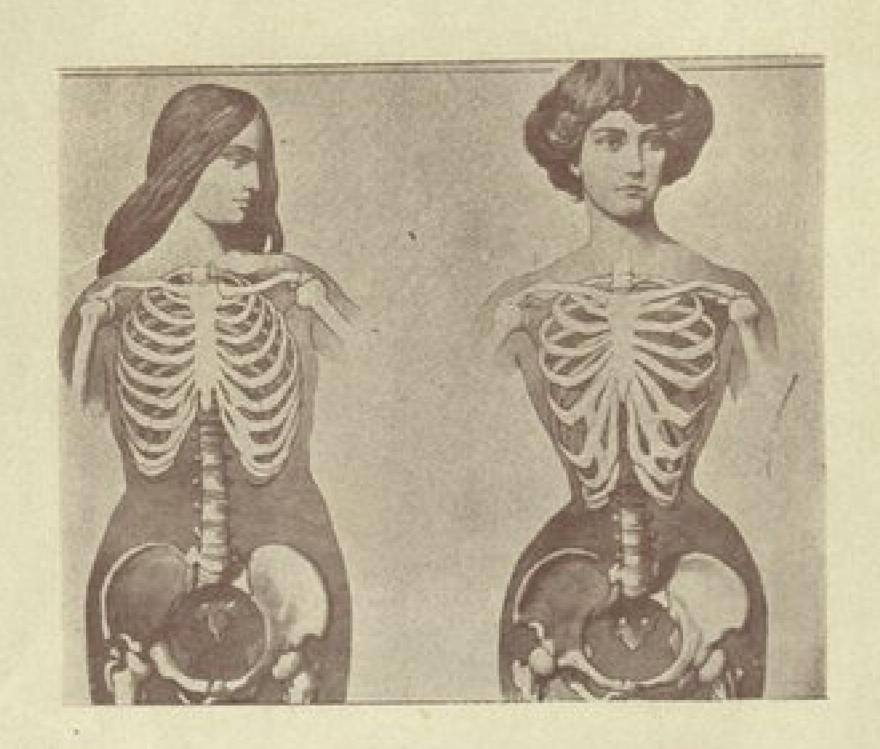
خلف زيادة تؤثر في الظهر فتتولد من جراء ذلك الآلام ويصير من المتعب جداً عليها ان تسير سيراً طبيعياً مستقيماً ، فتكون بذلك قد ضحت بصحتها وراحتها في سبيل الموضة . فهل تودين يا اختي القارئة ان تكوني ممن تجذبهن مظاهر الازياء الخلابة فيتبعنها معرضات بذلك انفسهن الى خطر الآلام وقلة الراحة .

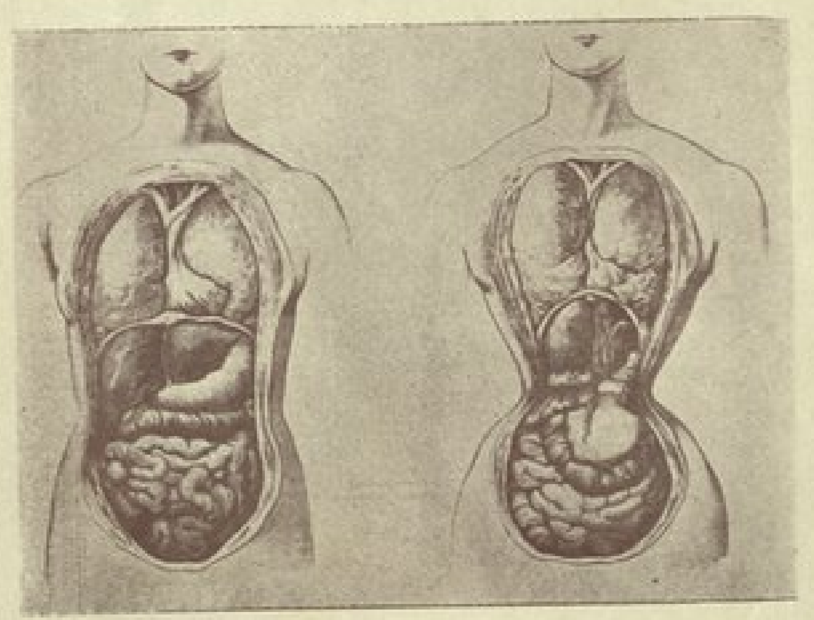
المحافظة على بهاء الجسم : — من البديهي ان تميل المرأة ميلاً شديداً الى المحافظة على بهاء جسمها واعادته الى ما كان عليه من رواء وخفة وليونة قبل الحمل والولادة ، فهما يؤثران في عضلات الجسم عموماً وخصوصاً في العضلات البطنية فيحدث من جراء الضغط المتواصل وآلام المخاض ارتخاء فيها وهبوط في البطن والثديين مما يفقد المرأة مزية القامة الهيفاء المنتصبة وهي فتاة . ولا فائدة كبرى للمشدات في منع هذه النتائج لانها تسبب اضرار جمة ذكرناها في حديث مضى . انما جل ما يمكننا ان نقوله في هذا الموضوع هو انه على الفتاة ان تزاول انواع الرياضة البدنية المفيدة منذ حداثة سنها وان تظل مثابرة عليها الى ما بعد الزواج فتقوى بذلك عضلاتها فتعود قادرة على احتمال صدمات الحمل والولادة ، وباكتسابها المتانة والمرونة الرياضية تصبح اكثر قابلية للعودة الى نحو ما كانت عليه قبل ذلك .

ومما لا مفر منه ظهور الخطوط البيضاء على البطن واحياناً على الثديين بسبب تمدد الجلد ابان الحمل . وهذه اذا كانت خفيفة تمكن ازالتها

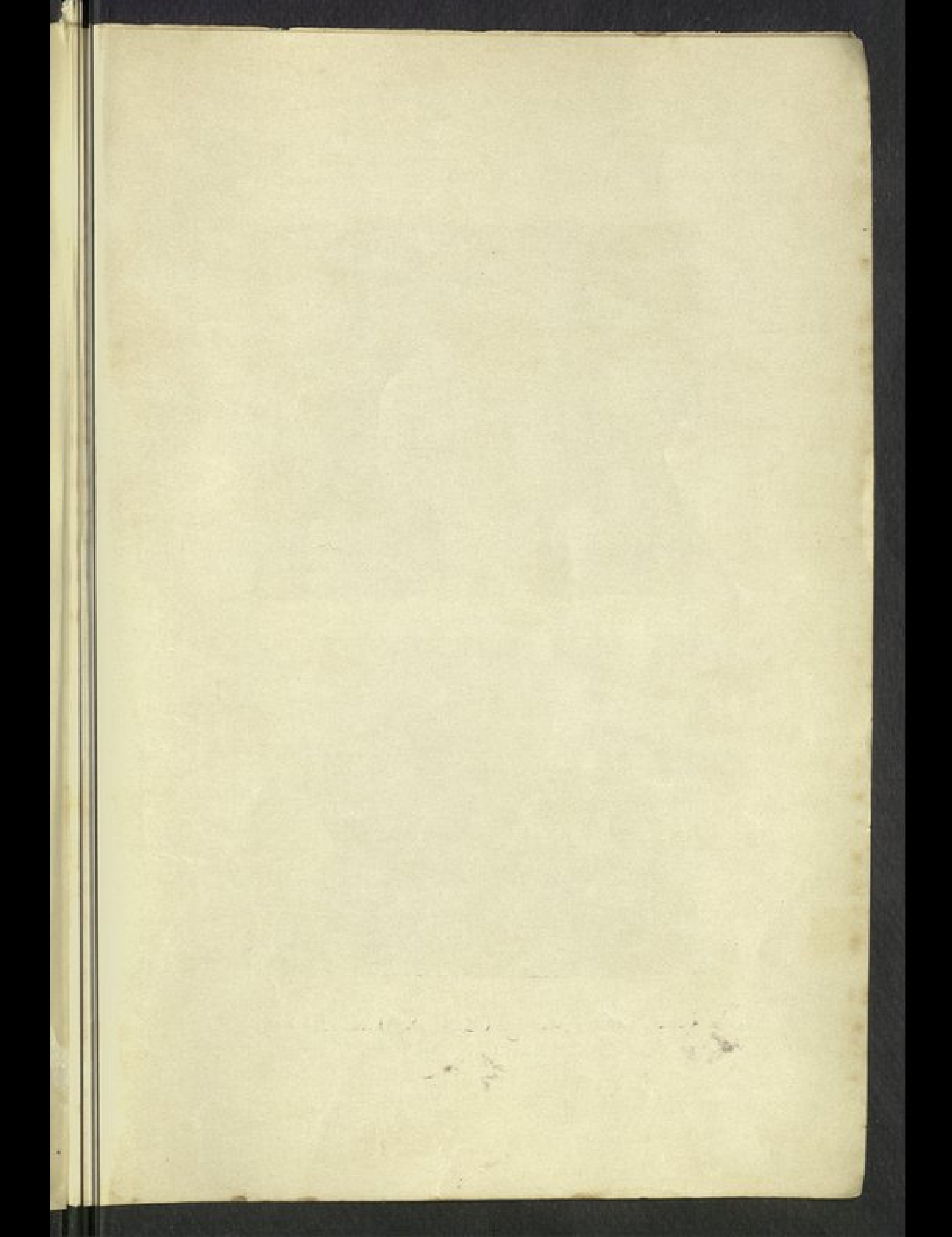
بالمسد بالزيت واستعمال الألبولين . واذا ما حدث تورم في الرجلين مسبب عن توسع في الاوردة وبالتالي عن احتقان الدم فيها يحسن استعمال جوارب من المطاط في الحوادث الخفيفة كما اوردنا في حديث مضى .

الطعام : — من المحتم ان يكون طعام الحامل بسيطاً غير محدد وان لا تتناول اللحم والمرق اكثر من مرة واحدة في النهار مع الاقلال من المواد النشائية المقلية بالدهن والزيت والحلويات المشبعة سمناً . وفيما عدا ذلك يحسن اطلاق الحرية في المأكولات والاكثار من شرب الماء والحليب وتناول الاثمار والخضر والحبوب لتليين الامعاء . الا ان الكثيرات من الحوامل يقللن الاكل في الاشهر الثلاثة الاخيرة رغبة منهن في تقييد نمو الطفل في الاحشاء لتسهل الولادة . فاذا ما افرطن في الامر كانت النتيجة وخيمة . والبعض ينصحون للحامل تناول انواع من المأكولات تقلل نموّ العظام في الجنين فتسهل بذلك الولادة وهذا ايضاً تنبغي معه الروّية والحيطة لانه كثيراً ما يضر بالام والجنين معاً وربما سبب له مرض الكساح . والكثيرات من الحوامل يضاعفن مقدار اكلهن اعتقاداً منهن بان هذا من الضروري للقيام باعالة الجنين والام معاً . وهذا ايضاً من الضرر بمكان واصدق نصيحة يمكننا اسداءها بهذا الصدد هي اننا لا نستطيع ابداء رأي جازم في هذه الامور وأمثالها لان نتائجها غير موثوق بها فتتوقف على عوامل شخصية عديدة . انما الافضل ان تظل الحامل مثابرة على عاداتها قبل الحمل مع التحفظات التي ابديناها في صدر هذا المقال وان تتجنب عسر المضم بتناول المأكولات التي تعرف بالاختبار انها لا تولد ذلك





تأثير ضغط المشد (الكورسيت) على الصدر والاعضاء البطنية





فيها، وان تؤمن في طعامها وجود الكمية الكافية من المواد الفيتامينية والكلسية التي للاولى منها يد كبرى في حفظ مناعة الجسم وتقوية بنية الجنين .

شكل ٥٧

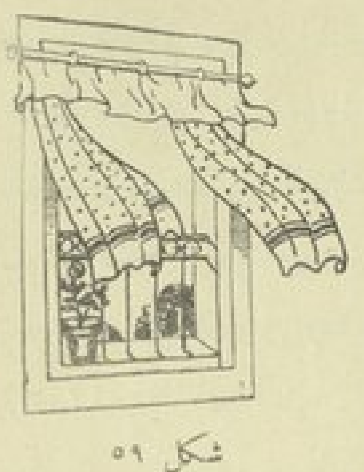
وللثانية اهمية شديدة في تكوين العظام وانمائها . ولذا وجب تناول الحليب والزبدة والبيض والخضر كالخس والملفوف والبندورة والبزالا والجزر وغير ذلك من انواع الاثمار وخصوصاً ما كان منها فيه مواد حمضية .

ومما يجب تجنبه في اثناء الحمل تعاطي المسكرات على اختلاف انواعها لتأثيرها السيء في صحة الام والجنين معاً . وقد لوحظ ان الطفل الذي يتم الحبل به والاب في حالة السكر ينشأ بليداً أبله خاملاً او مريضاً . كما وانه يجب الاكثار من تناول السوائل كالماء والليموناضة وعصير العنب وغير ذلك في النصف الاول من مدة الحمل . والاقلال منها وخصوصاً عند تورم الرجلين في المدة الاخيرة . ولعل من الخير ان نذكر انّ ما اوردناه قبلاً من المأكولات الواجب اتباعها إن هو الاّ على سبيل التمثيل دون ان تكون الحامل مقيدة بها كل التقيد . فالجسم البشري يختلف باختلاف الاشخاص والبيئة والمحيط وليس ثمت من قاعدة عمومية يمكن تطبيقها على الاجسام المختلفة تصح في كل زمان ومكان ، انما اوردنا ما اوردناه وغايتنا في ذلك اتخاذه مثالاً قابل التغيير والتعديل لينسج على منواله .


شكل ٥٨

الرياضة البدنية :- من الواجب في اثناء الحمل ترويض الجسم في الهواء الطلق دون ان يسبب ذلك للحامل تعباً اذ انه من الخطأ آنئذ ان تتخذ من الرياضة سبيلاً الى تقوية عضلاتها لتسهيل مهمة الولادة ، فان ذلك في غير اوانه ، و كان الاولى الاهتمام به قبل الحمل . ولعل افيد انواع الرياضة لها المشي في الهواء الطلق والتعرض لنور الشمس مع تجنب التعب . فان ذلك يزيد نشاط الدورة الدموية والتنفس ويساعد على الهضم وازالة الافرازات الجسدية مقوياً الاعصاب وباعثاً على النوم ومنشطاً للجسم عموماً . الاّ انه يجب الامتناع بتاتاً عن التنس والغولف والرقص وما شاكل مما يجهد القوى .

ولا يحظر على الحامل الامتناع عن ارتياد امكنة اللهو والاجتماعات العامة انما يجب الحذر من الزحام الشديد خوفاً من الاضرار بها . كما وانه يجب عليها الاقلال من السفر ، واذا ما اضطرت اليه فبكل راحة وتؤدة ، إلا اذا كانت ممن اسقطن قبلاً او لوحظ فيها استعداد الى الاسقاط فيجب عندها الامتناع عن السفر بتاتاً . ولا يمكننا قبل ترك هذا الموضوع الاّ تكرار التشديد على اهمية الهواء النقي للحامل ، فعليها ان تصرف لا اقلّ من ساعتين يومياً في الهواء الطلق وان تتخذ الاجراآت اللازمة لتبديل الهواء ليلاً ونهاراً في مسكنها كفتح النوافذ وغير ذلك .


شكل ٥٩

راحة البال : — وكما ان عليك لجسمك واجباً ابان الحمل كذلك للعقل عليك واجب آخر لا يقل اهمية عن ذلك ، فراحة البال والسعادة والطمأنينة هي من متوجبات الحياة ، وتزداد اهميتها وتبلغ شأواً بعيداً عند ما تكونين حاملاً . ولذا وجب تجنب كل ما من شأنه الازعاج واقلاق الراحة وعدم التفكر بيوم الولادة او الاصغاء لاحاديث الزائرات وسواهن ممن يطيب لهن تعداد المشاق التي عانينها ، متذكرة بعد قراءة ما كتبناه بهذا الصدد ان هنالك يد الطبيعة تساعدك على عملك ، وانك اذا ما اتبعت نصائح اهل الخبرة والأخصائيين واتخذت التحوطات اللازمة التي يشير بها عليك طبيبك ، انك اذا فعلت كل هذا وتركت عناء الغد الى حينه كان لك من راحة البال والطمأنينة خير نصير يحفظك قوية سليمة للقيام بعملك الهام . واذكري دائماً ان هنالك يداً فوق يدك ويد الطبيب ، هي التي اشتقت لك هذه الطريق وهي التي تقودك فيها وترعاك بعنايتها .


شكل ٦٠

تأثير اختبارات الام في الجنين : — بين العامة اعتقادات كثيرة يعود القائلون بها الى تأثير اختبارات الام ، لا سيما وهي

في طور الوحام ، في تكوين الجنين في احشائها . فمنهن من يقلن بأن المرأة وهي في الوحام اذا اشتهت شيئاً ما ولم تستطع الحصول عليه ، يترك ذلك اثراً في جسم الجنين يشبه الشيء الذي اشتهته . ومنهن من يقلن بأن الحامل اذا رأت شيئاً قبيحاً او حسناً واستغواها اتخذ طفلها شكلاً يشبه ذلك الشكل ، الى غير ذلك من الاقاويل والاعتقادات السائدة . فما مبلغها من الصحة يا ترى ؟ تبين الاحصاآت ان امهات الرجال العظام امتزن بفرط ذكائهن او مقدرتهن العقلية او طيب سيرتهن الدينية ، وان للآباء تأثيراً بهذا الصدد يقل عن ذلك . إلاّ ان معظم الاطباء يعتقدون ان اختبارات الام ابان الحمل لا تأثير لها البتة في الجنين . نعم قد يحدث ان يتم الاسقاط في الحامل اذا ما اصابتها صدمة هائلة او انتابها ذعر شديد وهذا جل ما يمكننا الجزم به . على انه لا بأس من تشجيع الحامل على قراءة الكتب الجميلة والنظر الى الصور البهية والاصغاء الى الموسيقى العذبة اذا كانت بذلك تعتقد انها تؤثر في حمل هذا الميل الى جنينها ، اذلا ضرر بذلك ولا ضرار ولو لم يكن ثمت من اساس علمي لهذا التشجيع او الميل . اما القول بأن النظر الى اشياء بشعة ربما يؤثر في الجنين فهذا لا اساس له البتة وجل ما يورد عن هذا الموضوع من القصص والروايات إن هو الاّ وليد الصدفة او مبالغ فيه .

جنس المولود : — هل يستطيع الوالدان التأثير في جنس المولود إن ذكراً او انثى ؟ وهل هذا الامر بالمستحب فيما لو كان بالامكان ؟ ان الجواب على هذين السؤالين كلاّ ! ومع قيام الكثيرين للبحث في هذا

السر وفي امكانية التأثير على مجرى حياة الجنين فلا يمكننا ان نقول الا ان الطبيعة لا تزال تخفيه عنا . وجل ما نعلمه ان هنالك نسبة بين الذكور والاناث تعم الكون بأسره لا تتغير بتغير الزمان او المكان وان جنس المولود معين في البويضة وهي في المبيض قبل البلوغ او غير ذلك كما ذكرنا في حديث مضى . وليس بامكان اي عامل خارجي حتى الآن ان يوءثر في جنس الجنين ابان الحمل .

ومن الناس من يذهب انه يستطيع التنبوء عما اذا كان المولود ذكراً او انثى بوسائل شتى . وهذا لا يمكننا عده إلا من قبيل الصدفة ايضاً . إلا انه ربما يصدق الامر فيما اذا اتخذ عدد نبضات قلب الجنين بواسطة السماعة اساساً للحكم . فاذا ما نبض قلب الجنين اكثر من مئة واربعين مرة في الدقيقة ربما كان انثى وربما كان ذكراً اذا كان عدد النبضات اقل من مئة وثلاثين ، وهذا ايضا فيه مجال واسع للصدفة . ويظهر انه اذا تم العلوق قبل حلول ميعاد الطمث تماماً يحتمل ان يكون المولود ذكراً .

الامعاء : — ومما يجب الانتباه له اشد الانتباه ابان الحمل الاعتناء بالامعاء لتكون لينة يسهل خروج السموم البدنية وسطها مع البراز كي لا يزيد عمل الكليتين فوق ما تتحملانه و كي يبقى الجسم نشيطاً معافى . ويظهر ان التسعين بالمئة من الحاملات يصيبهن الامساك ولذا وجب تلافي الامر والاهتمام به وبذل الجهد في حفظ الامعاء لينة . كما وانه يجب تجنب اخذ المسهلات واذا لزم الامر فبعد استشارة الطبيب . وافضل الطرق لمكافحة الامساك ابان الحمل وفي الحالات العادية هي ما يلي .

١ً – عيني وقتاً محدداً ثابتاً كل يوم تذهبين فيه الى بيت الخلاء ، وافضل وقت بعد طعام الافطار صباحاً (الترويقه) . فاذا ما تعسر خروج الغائط فلا تستثيريه بالشد خوفاً على الجنين بل الافضل استثارة المستقيم بواسطة تحميلة من الكليسرين او الحقنة ،فاذا ما سهل الامر بعد ايام امكن الاستغناء عن هذه الوسائل الميكانيكية .

٢ً : – مما يساعد على تليين الامعاء شرب كأس من الماء البارد صباحاً بعد الاستيقاظ ومساءً قبل النوم مع تناول الاثمار كالتفاح والليمون وغير ذلك وشرب الماء بكثرة في اثناء النهار .

٣ً : – اكثري من تناول الخضر والفاكهة وخصوصاً السبانخ والبازالاً واللوبيا والبندوره والحبوب وما شاكل وامتنعي عن شرب الشاي بتاتاً لانه يسبب الامساك .

٤ً : – استعملي كل مساء قبل النوم حقنة من زيت الزيتون العادي في المستقيم تحوي نحواً من ٢٠٠ كرام فيظل الزيت طول الليل في المستقيم فيلطف غشاء المخاطي ويمنع تقلصه او تشنجه فيسهل خروج الغائط ، لا سيا اذا استعملت حقنة ماء عادي في صباح اليوم الثاني . ولا تنسي ان الرياضة البدنية والحركة تساعد على تحريك الامعاء وبالتالي على تليينها .

الكليتان : – للكليتين وظيفة هامة في الجسم وهي فرز المواد السامة في الدم كالحامض البولي وغيره . فاذا ما اعيقتا عن القيام بوظيفتهما لأمر ما نتج من جراء ذلك تسمم امتصاصي غير محمود العاقبة . وهما ابان الحمل مركز الضعف ونقطة الخطر ولذا وجب الانتباه لهما . وهذا يتم بفحص

البول مرةً كل ثلاثة اسابيع او اكثر اذا لزم الامر للتثبت من كمّية الزلال والسكر والثقل النوعي والحامض البولي واليوريه . ومن الضروري ان لا يتجاوز مقدار البول المدرور في اثناء اربع وعشرين ساعة ١٥٠٠ سنتيمتر مكعب ، وان لا يقل عن ذلك بكثير . وعلى كل الاحوال يجب اعلام الطبيب بالنتائج ليتخذ الحيطة اللازمة لا سيما اذا حدث تورُّم في الرجلين واليدين والجفون .

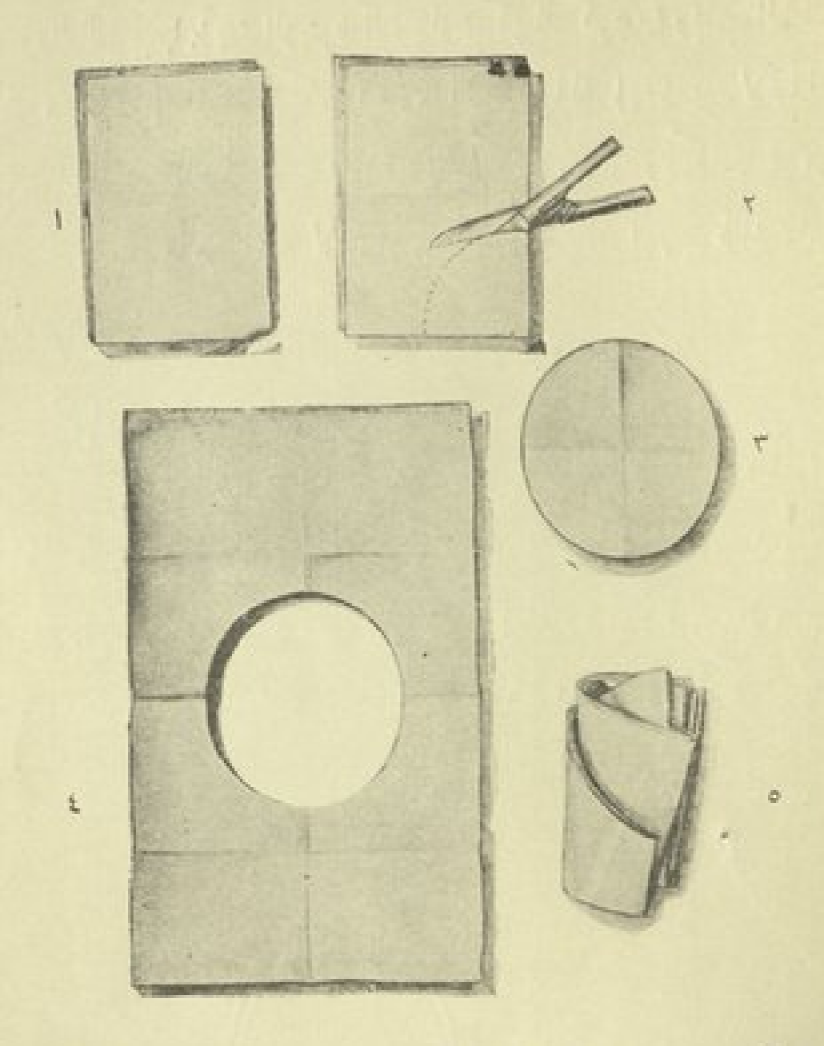
تسمم الدم : يحدث التسمم ابان الحمل اما لعدم قيام بعض الاعضاء الداخلية بوظائفها او لعدم افراز المواد السامة بواسطة الكليتين والجلد والامعاء والرئتين . واعراض التسمُّم التقيُّوء الزائد والصداع المتواصل والتشنج العضلي المسبب عن كثرة المواد السامة في الدم (اكلمبسيا) . ففي احوال كهذه وجبت العناية التامة بالكليتين واتباع ما قلناه آنفاً عن اللبس والطعام والامعاء .

النظافة : — تزداد حيوية الجلد ويكثر نشاطه ابان الحمل اكثر من المعتاد فتغزر افرازاته ولذا وجبت العناية الخاصة بنظافته آنئذ لتسهيل افراز المواد السامة من مسامه ، زد على هذا ان النظافة بالاغتسال تنشط الغدد الدهنية والعرقية وتزيل المواد المتجمعة عليه فينتعش ويزداد نشاطه وتزول الرائحة الكريهة عنه . ولذا وجب الاستحمام اليومي في اثناء الاسبوع او معظم ايامه بماء فاتر تتراوح درجته بين ٣٧ و ١/٢ ٣٧ سنتيغراد . ويمكن ايضاً الاستحمام بالماء البارد ايام الصيف وفي البحر الا انه يجب تجنُّب الشاطئ حيث تكثر الامواج خوفاً من الاسقاط .

وقبل ميعاد الولادة بشهر يجب الامتناع عن استعمال المغطس خوفاً من التلوث بعدوى الاوساخ والاعتياض عنه بحمام المرشة (دوش) . ويحسن احياناً عند ما تكثر افرازات الجلد التحمم بالماء الفاتر وفرك الجسم بعد ذلك بمنشفة غطست في الماء المالح وعصرت جيداً .

الاعتناء بالاعضاء التناسلية الخارجية : — من اهم ما يجب على الحامل تذكره غسل الاعضاء التناسلية الخارجية بالماء الفاتر يومياً . وذلك لأزالة الافرازات المخاطية وسواها التي تتجمع في الفرج فاذا تركت سببت طفرات وأكزيما وفاحت منها رائحة غير مرغوب بها . وهذا يصدق بنوع خاص على الولود التي ربما يسبب اهمالها هذا الامر التقاط العدوى من غبار الشارع او بالجلوس على كراسي بيوت الخلاء . ولتقليل التعرض لهذا الخطر ننصح الحامل ان تلبس لباساً تحتانياً مربوطاً من عند الركبتين وان تضع اوراقاً نظيفة حول مقعد بيت الخلاء كالتي في الشكل الواحد والستين . اما اذا اتسعت اوردة الفرج اي اصابها الدوالي فعلى الحامل ان تتجنب كل ما من شأنه احداث نزيف قد يكون خطره شديداً .

العناية بالثديين : - منذ البلوغ تجب العناية بالثديين كي يكونا اهلاً للقيام بوظيفة الارضاع . وكم تخسر الام ويخسر ولدها معها عندما لا تستطيع القيام بهذه الوظيفة لخلل في ثدييها تاركة بذلك اياه لحليب المرضعات. ولذا وجب حفظهما منذ البلوغ سليمين ينموان نموهما الطبيعي ، وان يمنع عنهما اي ضغط مقصوداً كان ام غير مقصود ، وان تهتم الفتاة

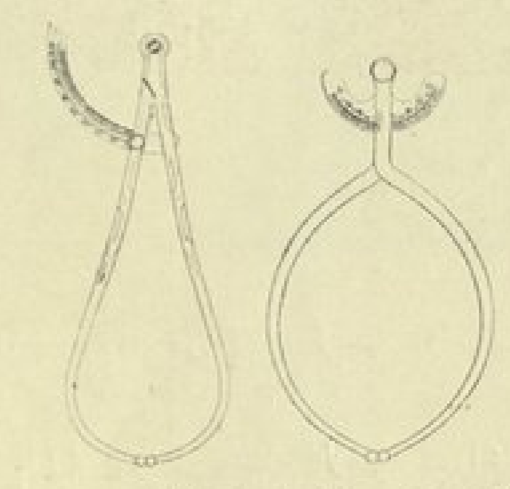


شكل ٦١ – طريقة قص الاوراق لوضعها حول مقعد بيت الخلاء

ابان الرياضة البدنية او اللعب بعدم الاضرار بهما ، وان تعتني الامهات بصحة الاعضاء التناسلية في بناتهن كما يعتنين بانماء عقولهن وزيادة معارفهن . واذا ما كبر الثديان ابان الحمل وجب استعمال الصدرية وغسلها يوميا بالماء الفاتر والصابون مع بذل الجهد في تنظيف الحلمتين من

القشور العالقة بهما بزيت الزيتون النقي او « كولد كريم » ويجب الحذر كل الحذر من استعمال المواد الكحولية وما يشاكلها لغسل الثديين لانها تسبب تصلب الحلمتين اللتين يجب ان تبقيا ناعمتين طريتين . وبكلمة موجزة يجب تجنب كل ما من شأنه الاضرار بهما خوفاً من ان يسبب ذلك فيما بعد التهابا فيهما .

الزيارة الاولى للطبيب : — يزداد يوماً فيوماً في بلادنا عدد الحاملات اللواتي يزرن الطبيب لاستخدام فنه وعلمه في وقايتهن وارشادهن الى ما يجب عليهن القيام به . ومن الخير ان نلمح الى ما يفعله الطبيب في الزيارة الاولى تنويراً للاذهان . فهو يفحص الجسم فحصاً مدققاً لاكتشاف مواطن الضعف فيه وتقويتها كي يكون



شكل ٦٢ — آلة لضبط القياسات الحوضية

قادراً على تحمل صدمات الولادة . وبضبط القياسات الحوضية ، والغاية منها التثبت من ان الجنين يستطيع المرور وسط الحوض بسهولة ، ويقيس

ضغط الدم ويجري الفحص اللازم لداء الزهري والتعقيبة ويحلل البول للتثبت من مناعة الكليتين ومقدار الحامض البولي والزلال والسكر وغير ذلك مما يمكنه من تدارك الاخطار قبل وقوعها وتسهيل الامور قبل تصعبها .



شكل ٦٣ — ممرضة تقيس ضغط الدم

اين تلد الحامل : — كثيراً ما تتضارب الآراء في اي افضل ان تلد الحامل في المنزل او في المستشفى . وجواباً على هذا السؤال ارجو القارئة ان تمعن النظر فيما يلي : الولادة نوعان اما سهلة طبيعية او عسرة لضيق في الحوض او لاشتراكات مشيمية او غير ذلك تتطلب المعالجة الجراحية . والنوع الثاني انصح فيه لكل حامل ان تلد في المستشفى لان الاستعدادات والادوات اللازمة والنظافة وما شاكل مما يتوفر في المستشفى لا يمكن توفره في البيت . اما اذا كانت الولادة من النوع

الاول اي سهلة طبيعية فاني افضل ان تلد الحامل في منزلها وفي محيطها الطبيعي الذي تستأنس به ، هذا اذا كانت قادرة ماليًا على القيام بمطالب العناية الطبية اللازمة التي سنذكرها فيما يلي . اما اذا كانت غير ذلك فالافضل لها ولطفلها ولذويها ان تلد في المستشفى .

تهيئة المنزل للولادة في البيت : - اذا تم الرأي على ان تلد الحامل في منزلها فمن الواجب القيام بالامور الآتية : من الضروري ان يكون مع الطبيب ممرضة تعاونه في عمله وفي تهيئة الامور اللازمة بطريقة فنية يقل معها التعرض لاخطار العدوى ولذا فهو يرسلها قبل ميعاد الولادة بزمن لتتعاون مع اهل المنزل في ايجاد الوسائل الممكنة واعداد الشروط الوافية . فعلى الحامل وذويها تسهيل مهمتها وان كانت تتطلب اموراً لا عهد لهم بها ولم تكن معروفة في ابائهم فهي تأتمر بامر علمها وبامر الطبيب وغايتها الوحيدة ايجاد الجو الملائم للمحافظة على صحة الوالدة والولد . وتنويراً للاذهان نذكر باختصار ما يجب القيام به على من ورائه فائدة تعود بحسن التعاون بين الممرضة والحامل وذويها . فالممرضة عليها ان توجد في المنزل محيطاً يشبه بقدر الامكان محيط المستشفى . واول شيء تهتم به منع العدوى وهذا يقوم على امرين هامين . اولهما تطهير الاعضاء التناسلية الخارجية . وثانيهما تعقيم كلما يستعمل في اثناء الولادة . ومن جراء القيام بهذين الشرطين البسيطين يقل الخطر ويخف شقاء العواقب الوخيمة التي تذهب بالالوف من الضحيات من جراء الاهمال . ويجب تخصيص احسن غرفة في المنزل واكثرها

تعرضاً للشمس للولادة ، كما وانه يجب الحذر من اختيار ما كان منذ زمن قريب مسكناً لاحد افراد العيلة المصابين بمرض ما . ويستحب ان تكون الغرفة قريبة لغرفة الحمام دافئة خالية من الاثاث غير الضروري لا غبار فيها وارضها يمكن غسلها بسهولة . فيوضع فيها سرير صلب يبلغ علوه ثلاثة ارباع المتر وبجانبه كرسيان وطاولة صغيرة ومغسلة و كرسي هزاز . ويجب ايضاً عند بدء الولادة ان تضاء الغرفة جيداً وان تحضر كمية من الماء الحار والبارد المعقم .



شكل ٦٤ - غرفة الولادة

وهاك قائمة بالاغراض الواجب تهيئتها بقدر الامكان : —

ابريق كبير	—	ابريق صغير
مغوطة واحدة	—	محقنة

٢٤٠ كراماً من محلول الصابون الاخضر
٦٠ كراماً زيت خروع
٣٠٠ كرام من الكحول
ميل بولي واحد
٢٠٠ كرام من الشاش المعقم
ستة شراشف
٤ صدريات ثدية
٤ وسادات (مخدات) ناعمة
لفائف للطفل
كيس مطاط للماء الساخن
قطعتان كبيرتان من المطاط، المشمع، لاستعمالهما في فراش الحامل
قطارة واحدة
قدح واحد للدواء
٢٤٠ كراماً من محلول الليزول
انبوب فازلين
٣٠ سنتيمتراً مكعباً من خلاصة الاركوت
١٠ يردات من القماش الابيض
كيلو قطن معقم
قيطان لربط السرة
٣ قمصان قصيرة — ١٨ منشفة

الى الحامل :-

ويحسن بنا الان قبل ترك هذا الموضوع استخلاص زبدته بالوصايا الآتية للحامل :-

١ - استشيري طبيبك عندما يترجح لديك الحمل .

٢ - البسي ثياباً دافئة وتجنبي التمنطق بالمشدات وغيرها حول البطن وحالما تشعرين بحركة الجنين انبذي المشدات جانباً واستعيضي عنها بصدرية خصوصية تدعم الثديين .

٣ - روضي نفسك باعتدال في الهواء الطلق والشمس وخصوصاً بالمشي دون ان تدعي للتعب مجالاً يؤثر فيك . تجنبي الحركات العنيفة وركب السيارة لمسافات طويلة ولا تسافري إلاّ عند الضرورة بعد استشارة الطبيب .

٤ - استحمي بالماء الفاتر وليفي جسدك بعده بماء بارد . حاذري المغطس في الشهر الاخير مستعيضة عنه بحمام المرشه والليفة . ولا تدعي شيئاً يمس الاعضاء التناسلية الداخلية .

٥ - حاذري الجماع اذا امكن وإلاّ فقللي منه ويجب تركه بتاتاً في الاسابيع الستة الاخيرة .

٦ - لتكن أمعاؤك لينة يخرج منها الغائط كل يوم بسهولة .

٧ — تناولي طعامك المعتاد مقللة من اكل اللحوم وما شاكلها واكثري من شرب الماء والحليب وامتنعي عن المسكرات . وفي الاسابيع الستة الاخيرة خففي مأكلك وخصوصا الحلويات والدهنيات . اكثري من اكل الخضر والفاكهة .

٨ — حافظي على نظافة الثديين ونظافة الحلمتين .

٩ — افحصي البول مرة كل ثلاثة اسابيع . وبعد الشهر السابع مرة كل اسبوعين . قيسي مقدار البول المدرور في ٢٤ ساعة مرة في الاسبوع ويجب ان لا تقل هذه الكمية عن ليتر ونصف الليتر .

١٠ — يجب قياس ضغط الدم مرة كل ثلاثة اسابيع قبل الشهر السابع ومرة كل اسبوعين بعد ذلك .

١١ — عند ظهور عوارض غير طبيعية كالدوخة والتقيوء والصداع وتورم الرجلين والجفون وغيرها استشيري طبيبك ، واستشيريه ايضا اذا ما قلت كمية البول المدرور عن اللزوم او عند حدوث نزف دموي .

١٢ — نامي على جنبك وفي الشهرين الاخيرين امسدي البطن بلطف كل يوم بضع دقائق لتساعدي الجنين على تغيير وضعية هو غير مرتاح فيها .

١٣ — عندما يبدأ الطلق وينفجر كيس المياه او تظهر البشارة المكونة من مادة مخاطية ممزوجة بالدم اعلمي الطبيب حالاً والممرضة ايضاً .

١٤ — لتكن زيارتك للطبيب بطريقة منتظمة حسب ارشاداته

ليتمكن من متابعة اعراض الحمل بدقة وروية

١٥ – قبل ميعاد الولادة بستة او ثمانية اسابيع تقدمي للفحص الطبي لتستوثقي من ان الرحم في وضعيتها المعتادة او من عدم اصابة الاعضاء التناسلية بضرر ما



الفَصْلُ التَّاسِعُ

العناية في أثناء الولادة والنفاس وبالطفل

غايتنا في هذا الفصل ارشاد الامهات الى ما يجب عليهن القيام به اولاً في أثناء الولادة وثانياً ابان النفاس وثالثاً نحو الطفل .

العناية في أثناء الولادة

هوذا الحامل على ابواب طور جديد من حياتها فيه تقطف ثمار ما تحملته من جهود طيلة تسعة اشهر ، وهوذا السنة الطبيعية ، سنة الله في خلقه ، على اهبة القيام باعداد مخلوق جديد لعالم الوجود هذا . ولذا فان اهم نصيحة نسديها لها آنئذٍ ان تأتمر بما يشير عليها طبيبها دون سواه ، وان تضع كل ثقتها به وبفنه ، فهو المسؤول عن سير الولادة .

الا ان هنالك بعض ملاحظات عمومية يحسن بنا اثباتها وهي اولاً — : التشديد على نظافة الاعضاء التناسلية الخارجية منعاً من تسرب الجراثيم الضارة الى الداخل .

ثانياً — كثيراً ما ينصح البعض للماخض ان تبتدئ بالشد منذ بدء الطلق وهذا غلط فادح لانه يضعف قواها دون جدوى ولا فائدة اذ ان عنق الرحم آنئذٍ لا تزال آخذة بالتمدد ، ولم يتسع الممر الكافي بعد لخروج رأس

الطفل فتضيع عندها جهود الام عبثاً . اما الوقت الذي فيه يجب ذلك عليها فهو عند اكتمال توسع عنق الرحم وعندما تصير الطلقات متتابعة . وهنا تدرك الام سبب نصيحتنا لها ان لا تجهد قواها باكراً لتستثمرها الان عند الحاجة الماسة اليها وفي وقتها دون ان يكون قد اعتراها اي تراخ .

ثالثاً — من العادات التي نشأنا عليها عادة اود والله لو تضمحل ويقاومها الرأي العام مقاومة شديدة الا وهي تجمهر النساء والصديقات والجارات حول الماخض في منزلها ، هذه تشجعها وتلك تقول لها (عيني ولدك) وغيرها تقص على المتجمهرات كيف ولدت وسواها تبدي الاراء والنصائح هازة رأسها يمنة ويسرة كأنما هي تقول ، ولم كل هذه اللبكة والاستعدادات ففي ايامنا لم تكن الحالة هكذا ، وهكذا دواليك من اقاصيص مزعجة واصوات متتالية كأنما الولادة عرس لا يتم الا بوجودهن . وكثيراً ما يحار الطبيب في امره فهلا يضع الرأي العام حداً لمثل هذه الامور ؟

رابعاً — يجب التثبت عند بدء الولادة من تفريغ الغائط من الامعاء بواسطة حقنة ماء فاتر أذيب فيه شيء من الصابون او بدونه

خامساً — لما كان الطبيب هو المسؤول عن سلامة الطفل والام معاً تراه لا يترك مجالاً للصدفة او الاهمال في اي حال من الاحوال ليفسد عليه عمله . ولذا تراه يقطر في عيني المولود نقطتين من محلول نترات الفضة بنسبة واحد بالمئة (١٪) ليستوثق من انه قد اتخذ كل

الاحتياطات اللازمة لقتل الميكروبات الضارة وخصوصاً ميكروب التعقيبة الذي يحتمل ان يكون موجوداً اذ ذاك فيسبب للطفل مصيبة تلازمه طيلة العمر الاوهي العمى . فيدخل الى هذا العالم ويعيش فيه دون ان يتاح له التمتع بنور هذا الوجود ومناظر الطبيعة حوله ، ويكون من جراء ذلك عالة على المجتمع وذويه . والفضل الاكبر في تعميم هذه الطريقة وسنها حتى تكاد تكون الان شريعة لا تتغير يعود الى الدكتور (كراديه) الذي كان اول من اشار بها واستعملها .

ومما يفيد ذكره بهذه المناسبة هو ان هنالك في بلادنا عادة اتبعناها منذ القدم وهي مسح عينيّ الطفل حالاً بعد الولادة بعصير الليمون الحامض . وهذا حسن الا انه لا يكفي وحده بل الافضل استعمال محلول نترات الفضة كما ذكرنا آنفاً .

سادساً — اول من استعمل البنج في الولادة جيمس سمبسون سنة ١٨٤٦ . ومن الغريب ان الاحتجاجات قامت عندئذ في وجهه من كل حدب وصوب اعتقاداً من القائمين بها انه من المحرم نزع لعنة امنا حواء عن بناتها ، لانه حتم عليهن ان يلدن بالآلام والاوجاع . ولكن الان قد انعكست الاية ، فاننا نعد الطبيب الذي لا يستعمله عند الحاجة فظاً خشناً . فالالم هو اعظم لعنة على الجنس البشري والحامل التي تقل آلامها ابان الولادة تستعيد صحتها ونشاطها بسرعة . ولذا وجب على الطبيب تخفيف الاوجاع بطريقة يضمن معها سلامة

الماخض والطفل معاً . ولما كان هذا الموضوع متشعب الاطراف وعر المسالك نترك الحكم فيه لرأي الطبيب ، مكتفين بالقول بأنه لا يتأخر عند اللزوم عن استعمال ذلك المسكن او المخدر الذي يراه مناسباً لتلك الحالة .

العناية ابان النفاس

ملاحظات عمومية : – العناية ابان النفاس قوامها المحافظة على راحة الام وحياتها والطفل معاً بوقايتهما من خطر العدوى . وذلك لان الام آنئذٍ تكون معرضة اكثر من الاوقات الاخرى لفتك الجراثيم الضارة بها ، فمناعتها العمومية ضعيفة جداً بسبب المشاق التي تكبدتها . وهنالك التمزيقات المختلفة في الاعضاء التناسلية التي تجب العناية التامة بها لانها جروح يسهل دخول الميكروبات منها الى الدم ، فتسبب حمى النفاس . وهنالك الطفل الذي لا يزال غض الاهاب ضعيفاً لا يقوى على الدفاع عن نفسه . واهم ما نلفت الانظار اليه بوجهٍ عام هو : اولاً النظافة (وثانياً) النظافة (وثالثاً) النظافة .

والحذر كل الحذر من التأخر عن اعلام الطبيب بكل ما يجد في الجسم عموماً او في الاعضاء التناسلية التي تكون آخذة بالضمور او الثديين اللذين يأخذان بالبروز كما ذكرنا سابقاً . وهنالك خطر النزف الرحمي والاكلمبسيا وحمى النفاس والتهاب الثديين وما شاكل ، التي يمكن منعها ومكافحتها اذا احتيط للامر في حينه . ولا ابغي في

تعدادي هـذه الامور إثارة المخاوف والهواجس بل الحث على الوقاية اللازمة المفيدة .

العناية بالثديين : - ان الغاية من هـذه العناية حفظ الثديين سليمين بحالتها الطبيعية ليكونا معينا نظيفاً لا ينضب يستمد الطفل منه غذاءه الضروري . واول ما يجب الانتباه له هو تنظيف الحلمتين بالماء والصابون عند اول رضاع ، وتنظيفهما فيما بعد عند كل رضاع بالماء المعقم او محلول البوريك لا غير . وتحذر النفساء من استعمال



شكل ٦٥ — كيفية ارضاع الطفل ابان النفاس

المطهرات القوية او الكحولية لانها ربما تسبب شقوقاً في الحلمة ينتج عنها اضرار سنذكرها فيما يلي . والامر الثاني الذي يجب الاهتمام به ومنعه هو تشقق الحلمتين اما للسبب الذي ذكرناه قبلاً او لسبب آخر كمضغ الطفل أياهما ابان الرضاع او غير ذلك ، اذ انه في

حالة كهذه يسهل دخول الجراثيم اليها فتكوّن عدوى داخلية كثيراً ما يقول عنها العامة جهلاً انها نتيجة (دشوة الطفل)، تسبب خراجاً قد يضطر الطبيب معه الى اجراء عملية جراحية لشفائه. وهنالك امر ثالث نلمح اليه تلميحاً الا وهو ضرورة مسد الثديين عند تحجرهما والاقلال من شرب السوائل مع استعمال المشد المعروف.

ومن اهم الامور تعويد الطفل الرضاعة في ساعات معينة مرة كل ثماني ساعات الى ان يدر الحليب وبعد ذلك مرة كل اربع ساعات منذ الساعة السادسة صباحاً حتى العاشرة والنصف مساءً فتتأصل هذه العادة فيه فترتاح الأم ويرتاح معها طفلها.

العناية بالاعضاء التناسلية ايام النفاس: — من الطبيعي ان يكون في الاعضاء التناسلية جروح وتمزيقات مختلفة ناتجة عن الولادة. وهي معرضة للعدوى اكثر من الجروح العادية خارج الجسم التي يغطيها الطبيب عادة بالشاش والقطن المعقم منعاً من تسرب الجراثيم اليها. ولذا وجبت العناية التامة بها والمحافظة على نظافتها وتغسيلها بمحلول الليزول بنسبة نصف في المئة بعد كل تغيير او بول كما وانه من المهم والمهم جداً ان لا تلمس الجروح ولا اللوخيا يدٌ ما، واذا ما حدث ذلك دون انتباه فمن الضروري غسل اليدين بالمطهرات قبل لمس الثديين او الطفل خوفاً من نقل الجراثيم الموجودة بكثرة آنئذٍ اليهما.

طعام النفساء: — من الضروري ان يكون طعام النفساء موافقاً شخصيتها وبنيتها متذكرين ان الغاية المثلى هي تقديم الغذاء الكافي الذي

لا يزعج الامعاء لاعادة قواها اليها ولتحسين موارد الحليب فيها كمية ونوعاً . ولذلك كانوا يعتقدون قديماً ، ولهذا الاعتقاد نصيب من الصحة ، ان على النفساء ان تتناول الماء والحليب فقط بعد الولادة خوفاً من حمى النفاس او غيرها من الحميات . الا اننا اليوم نتساهل اكثر من قبل في طعامها ولكن لدرجة محدودة . لانها بطبيعة الحال وهي مستلقية على فراشها دون ما حركة او تمرين لا تتطلب بنيتها نفس الكمية من الطعام كما لو كانت في حالتها الطبيعية . فاذا ما اكثرت من تناول الاطعمة وخصوصاً المغذية منها عسر هضمها ونتج عن ذلك اعراض غير مستحبة . كما وانها اذا لم يكن طعامها بكاف للقيام بحاجياتها وحاجيات طفلها ضعف الطفل وقل نموه وربما أدى به الامر الى ما لا تحمد عقباه . وعندي ان خير مثـال يمكن النفساء ان تتحداه هو ان لا تتخذ من كثرة الطعام مطية لارهاق جسمها ولا من الاقلال منه سبباً لاضعاف طفلها ، فان خير الامور اوسطها . ولذا يحتم ان يكون طعام النفساء في اليوم الاول من السوائل بكمية كافية وبعد ذلك تستطيع تناول المأكولات الخفيفة الى ان نعود تدريجاً الى الاطعمة العادية مع الاكثار من الخضر والفاكهة وخصوصـاً ما غزرت فيه المواد الفيتامينية التي يكون طفلها اذ ذاك بحاجة ماسة اليها .

وهنالك بعض اطعمة يجب على النفسـاء تجنبها كالتي تكثر فيها البهارات والمواد الدهنية الغليظة كي لا تتعب الكليتين والمعدة . كما وانـه يجب تجنب الادوية التي تحوي مقادير من الزرنيخ واليود والمورفين والكحول بانواعها لانها تؤثر في الطفل عن طريق الرضاع .

الامعاء : – ان معظم النساء في حالة النفاس يصيبهن الامساك لقلة الحركة والرياضة ولهذا وجب اتخاذ الطرق المختلفة لتليين الامعاء . ولقد شرحنا كيفية ذلك في الفصل الثامن فليراجع في مكانه انما نزيد عليه هنا بانه عند احتقان الثديين لا بأس من استعمال القليل من (المنازه) عند النوم فتقل بذلك كمية السوائل في الجسم فيزول احتقانهما .

المثانة : – كثيراً ما يتعسر درّ البول ابان النفاس لاسباب جمة . منها ضغط الرحم على المثانة او صعوبة البول والنفساء مضطجعة او بسبب خدوش حول فوهة مجرى البول . ولذا وجب الاحتياط واتخاذ كل الوسائل الناجعة لتسهيل دره وهاك بعضاً منها :

١ – : لتشرب النفساء ماء بكثرة او ليموناضة فاترة او ماء الشعير .

٢ – : لتقعد على مغوطة مليء نصفها بالماء الحار وتترك هكذا لنفسها لمدة قليلة ، تسمع في اثناءها خرير المياه في مغسلة قريبة ، فيؤثر فيها هذا عقلياً وربما اتى بنتيجة حسنة .

٣ – : لتغمس قطعة من القطن في الماء الحار المعقم وتوضع على اسفل البطن فربما كان لسيلان الماء منها تأثير يستفز المثانة الى درّ البول .

٤ – : لتوضع منشفة حارة فوق المثانة من الخارج بينما النفساء على المغوطة .

٥ – : يحسن استنشاق املاح الامونيا احياناً .

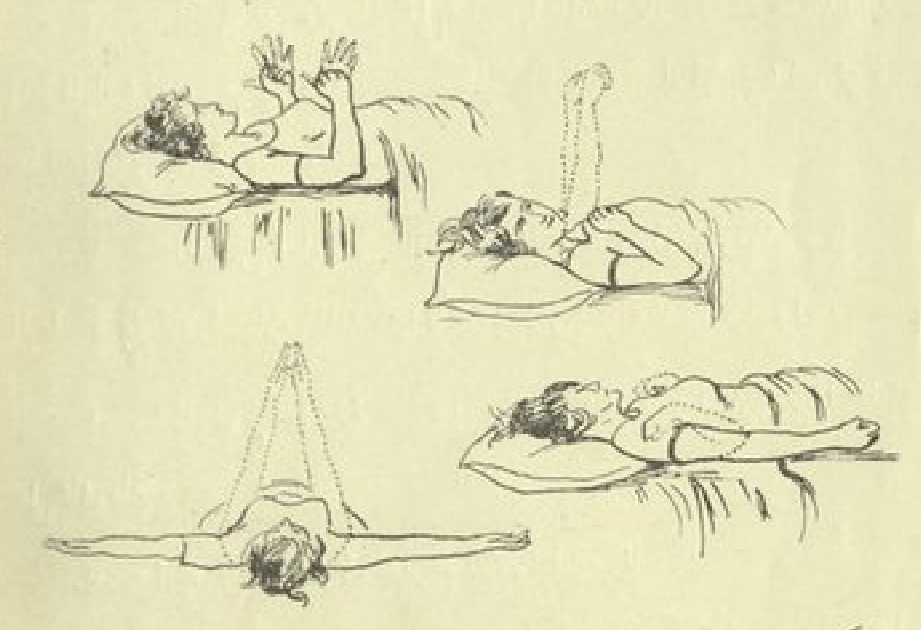
٦ – : لتستعمل المحقنة فلربما كان لحركة الامعاء تأثير في در البول .

٧ — : يحسن الضغط على المثانة بلطف من الخارج .

٨ — : ان لم تنجح احدى هذه الوسائل فيجب اعلام الطبيب بالامر لاستعمال الميل البولي .

النوم : — النوم اعظم منشط يجدد قوى الاعضاء المنهوكة فعلى النفساء ان تنام لا اقل من ثماني ساعات يومياً في غرفتها الهادئة وان استعصى الامر وجب اعلام الطبيب حالاً .

الرياضة البدنية : — لا نبغي بهذه ان تغادر النفساء فراشها وتقوم بانواع الرياضة المختلفة كما لو كانت في حالتها الاعتيادية . انما هنالك بعض تمارين بسيطة يمكنها مزاولتها وهي مضطجعة ، تساعد كثيراً على تحسين الدورة الدموية وحفظ الجسم نشيطاً كما ترى في الرسوم الاتية .

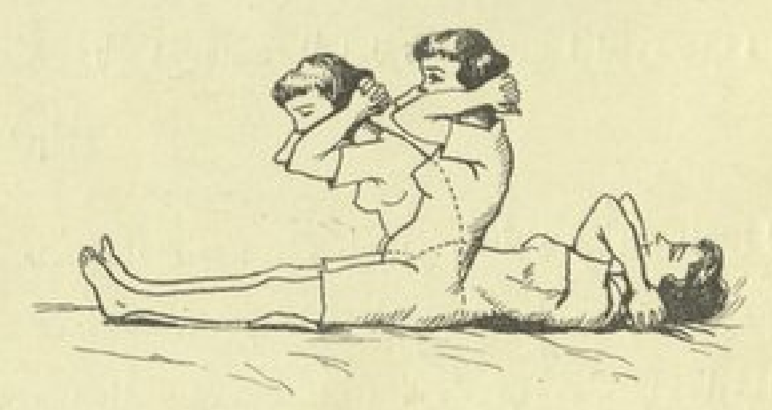


شكل ٦٦ — تمارين جسدية بسيطة يحسن بالنفساء مزاولتها وهي مضطجعة



شكل ٦٧ — تمارين جسدية بسيطة يحسن بالنفساء مزاولتها وهي مضطجعة

الزوار : — لا ادري والله لم يتخذ الاهل والمحبون من مرض انسبائهم او اصحابهم او عزيز عليهم واسطة لارهاقه منذ الصباح حتى الليل ، فلا يكاد احدهم يترك حتى يأتي الاخر ، كل هذا في وقت يكون المريض فيه بحاجة ُجلى الى الراحة ، وهو مستلق على فراشه تمنعه الاداب العمومية واصول المسايرة والمكالمة من الدفاع عن حقوقه المشروعة آنئذ ، حقوق الراحة التامة . وهم اما لحبهم اياه او لاتخاذهم ليونته ومرونته آنئذ

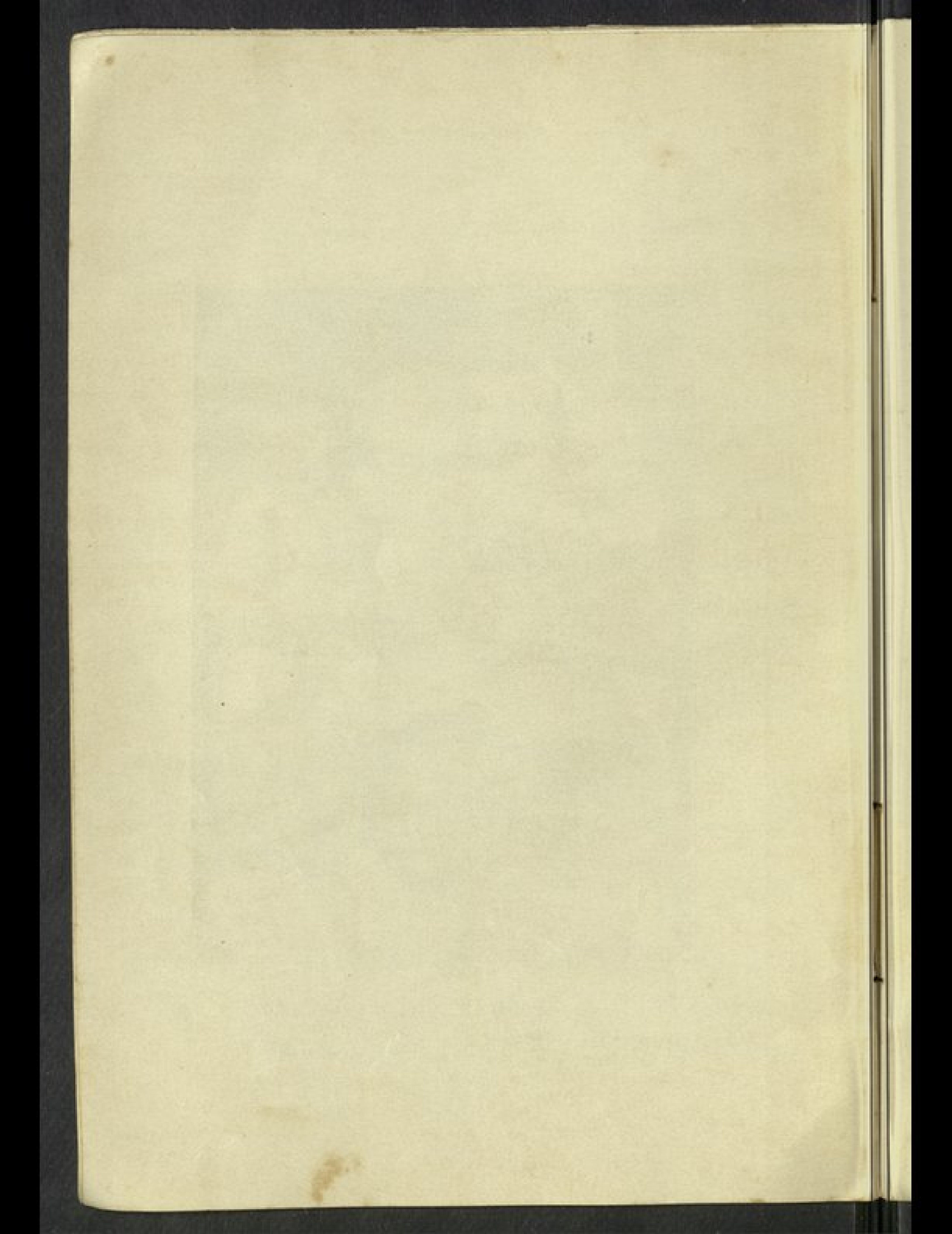


شكل ٦٨ — تمارين جسدية بسيطة يحسن بالنفساء مزاولتها وهي مضطجعة

واسطة لتفريج ما عندهم من هموم ، او لاظهار ما عندهم من براعة في فن القصص والمكالمة ، لا يعرفون لمضي الوقت معنى فيجلسون ويجلسون مبتسمين ضاحكين ، فيزهق المسكين ويستولي عليه اليأس والضجر والملل ، وهو يبسم ابتسامة مغصوبة الى ان يلهم احدهم الله فيجاهر قليلاً برأيه شفقة على المسكين المريض فتقوم القيامة ويحرد الاهلون ويتكدر الاصحاب — جئنا لنعوده ونحن نغار عليه ونروم تسليته وهكذا يكون استقبالنا ! ! !

لا حول ولا ···· ان لم يكن لهذا الكتاب من فائدة غير تنبيه الاذهان الى هذه النقطة فكفاني بذلك مكافأة عظمى ، وان كان هذا الامر يجري على المريض فهو يصدق ايضاً ويصدق جداً في امر النفساء المسكينة التي تكبدت ما تكبدته وحالتها الصحية تتطلب الراحة والراحة التامة · فان كان من محبة وغيرة وعطف في نفوس الاهل والاصدقاء والمحبين فلتتجلّ هذه المظاهر بالتخفيف من الزيارات بقدر الامكان ، تاركين للنفساء المجال لترتاح وتستعيد قواها وصحتها ، وعندها يخلو لهم الجو ·

حالة النفساء العقلية : — وكما يجدر بنا اتخاذ الوسائل المختلفة لا راحة جسم النفساء هكذا يجب علينا احاطتها بكل رعاية وعناية لنبعد عنها ما من شأنه اجهاد عقلها او تهييج نفسيتها او اثارة همومها وهواجسها ومخاوفها ليكون لها من منزلها جو ملائم تستعيد فيه نشاطها بسرعة ·





متى تستأنف النفساء حياتها العادية : — لا يمكن ابداء رأي جازم شامل في هذا الموضوع البتة ، فان الجزم فيه يتوقف على عوامل عديدة منها كيفية الولادة وحالة الام الصحية العمومية والنفاسية وغير ذلك من الامور. الا انه كثيراً ما يسمح للنفساء ان تجلس على فراشها وقد أسند ظهرها الى المخدات في اليوم الخامس، وان تستغني عن هذه المسندات في اليوم السابع، وان تستلقي على كرسي هزاز في اليوم العاشر ، وان تقف قليلاً في اليوم الحادي عشر ، وان تتجول في الغرفة في اليوم الثاني عشر وفي المنزل في اليوم الخامس عشر . اما اذا كانت الولادة بواسطة العملية فتتأخر هذه المواعيد يوماً او يومين حسب ارشاد الطبيب . وعلى النفساء ان تذكر انها يجب ان تعود الى حياتها العادية تدريجاً دون ان ترهق نفسها دفعة واحدة وان لا تقلق اذا ما كان السائل الطمثي الاول بعد الولادة غزيراً وهذا يكون ميعاده غالباً في الاسبوع السادس .

الزنار : — من العادات استعمال الزنار بعد الولادة لتخفيف شعور الام بالفراغ في البطن الذي احدثته فيه ولادتها . ويمكن استئناف المشد (الكورسه) البسيط بعد الاسبوع الرابع .

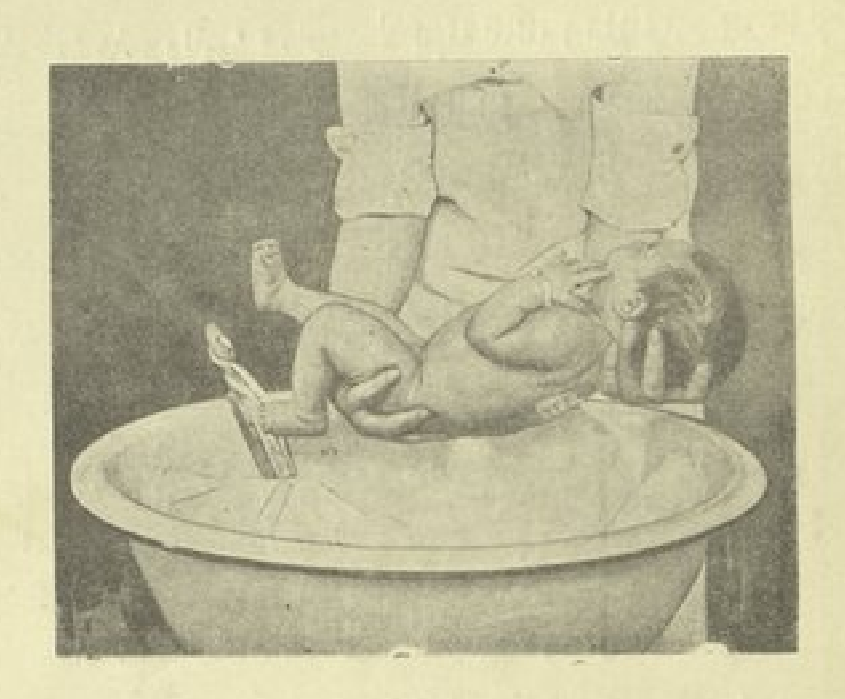
العناية بالطفل

بقي علينا ان نورد لمحة مختصرة عن كيفية العناية بالطفل خاتمة لبحث موضوع الفصل هذا كما اشرنا في اوله . ان جل ما يتطلبه الطفل ان يتوفر لديه الطعام الموافق في المقدار الموافق والدفء والنظافة ،

وان يوقى فتك الجراثيم الضارة به وهو لا يزال ضعيفاً . ولا نبالغ اذا ما قلنا ان الالوف من الوفيات بين الاطفال مسببة عن عدوى كان بالامكان منعها فيما لو اتخذت العناية اللازمة . ولذا فاول ما ننصح به عدم ملامسة الطفل او ارضاعه او معالجة سرته دون غسل اليدين جيداً كل مرة.

الزوار : — وما قلناه في موضوع سبق عن عائدي المريض يصدق هنا بنوع خاص على الطفل الصغير الحساس الضعيف الذي لا يقوى على الدفاع عن نفسه في رد هجمات الجد والجدة معانقة وتقبيلاً وغمراً ولا العم او العمة ولا الجيران او المحبين فيكاد يكون العوبة بايديهم من حقوقهم الطبيعية الموروثة على ظنهم ان يتلهوا به ويتسلوا كما يتلهى الولد بالعوبته . ولذا يجب على الام والاب الدفاع عن ذلك المخلوق الصغير وعدم السماح لاي كان سواهما ، وخصوصاً في الاسبوع الاول ، بملامسته او تقبيله او غير ذلك . ومن المهم والمهم جداً ان يمنع كل زائر من الاقتراب اليه اذا كان ثمت من خوف ان ينقل اليه ميكروباً ما ، فجسمه النحيف سريع التأثر وقابلية العدوى فيه اكثر مما هي في الكبار .

حمام الطفل : — من الضروري ان يستحم الطفل مرة كل يوم على الاقل بالماء الفاتر والصابون في غرفة دافئة لا مجرى هواء فيها مع التثبت من نظافة الليفة والمنشفة والمغطس. فالحمام اليومي يحسن في الطفل دورته الدموية ويزيل الاوساخ عن الجلد فيساعده على افراز اقذار الجسم الى الخارج ، وينشط عضلاته وبكلمة مختصرة ينعش قواه ويجددها . ومن الضروري ايضاً التنظيف بعد ان يغوط الطفل او يبول بالتشطيف بالماء الفاتر . ولا نود ان



شكل ٦٩ — حمام الطفل

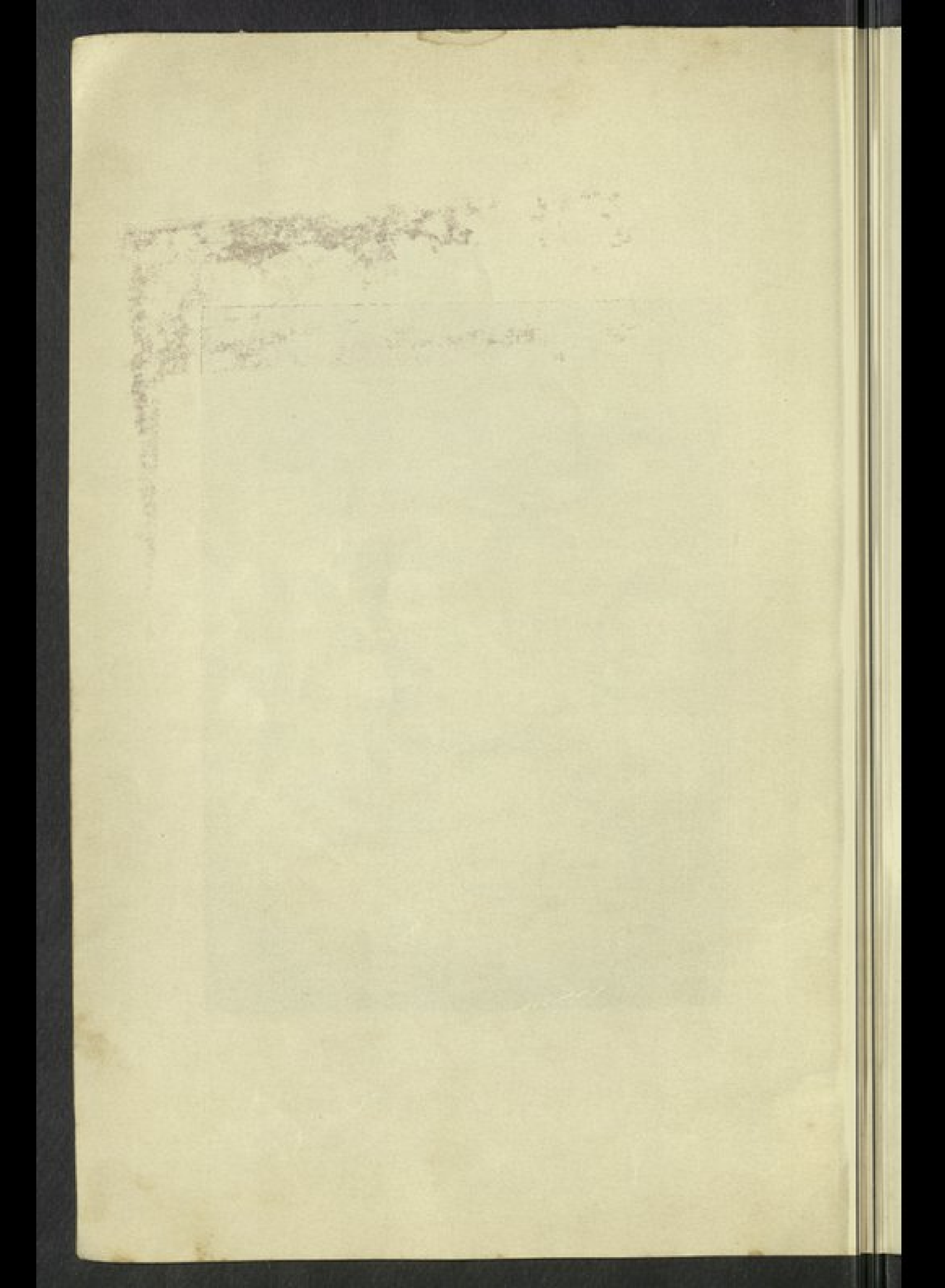
نسترسل في تفاصيل كيفية اعطاء الحمام لان ذلك معروف لدى كل الامهات انما نلمح الى وجوب تطهير العينين بماء البوريك وتنظيف الانف والاذنين اذا كان ثمت من داع . كما وانه لا يصح استعمال المغطس الا بعد ان يختم جرح السرة مكتفين قبل ذلك بمسح الجسم بالاسفنجة والماء والصابون .

ملاحظات عمومية بشأن الطفل : — من المهم الانتباه لجرح السرة وتنظيفه بالكحول وربطه بالشاش المعقم الى ان يختم تماماً . كما وان على الام ان تتثبت من ان امعاء طفلها لينة وان بوله يدر بسهولة وان تكون اوقات رضاعه مرتبة منظمة كما ذكرنا قبلا وان لا تفرط في ارضاعه فينتج عن

ذلك سوء هضم وتقيوء ، وان لا تعيقه لفائفه (الحفاضات) عن الحركة وان لا تخاف من تعريضه للهواء الطلق والشمس متجنبة مجاري الهواء الضارة ، وان ترضعه هي بنفسها الا اذا تعذر الامر فعليها عند ذلك باستشارة الطبيب ليرشدها الى كيفية اطعامه ، وان تنبذ جانباً نصائح الكثيرات ممن ربما يقلن لها : انا « لعقت » طفلي وهو لا يزال ابن شهر المجدرة والبطاطا المسلوقة وغير ذلك من الاطعمة . اما ملاحظتي على هذا فهي سامحهن الله وشد ازر اطفالهن الذين استطاعوا العيش مع وجود هذه الموانع الصحية .

الختان : — الختان معروف منذ اقدم الازمان فقد كان شائعاً عند المصريين القدماء تجريه كهنتهم للاطفال بسكاكين من الظران وعنهم نقلته بقية الامم حتى عصرنا هذا . وهو عادة مستحبة يستحسن تطبيقها في معظم الاحوال لاسيما عندما تكون الجلدة منقبضة جداً فتتجمع من جراء ذلك الادران والاوساخ والحوامض البولية تحتها فتسبب حكاكاً قد يؤدي الى عدوى ما او الى عادات وخيمة .

الفطام : — يختلف وقت الفطام باختلاف الاطفال والاحوال ، الا ان معظم الاطفال يمنعون عن الرضاع في نهاية السنة الاولى بعد الولادة .







شكل ٧٠

ولو استطاع الطفل الكلام والايضاح عن رايه لكانت مطالبه كما يلي :

مطالب الطفل من امه :

١ — احب الاستحمام يوميا بالماء الفاتر وفي الصيف اكثر من مرة في النهار ·

٢ — ليكن المكان الذي انام فيه نظيفاً طلق الهواء لان المكان القذر والحار يزعجني ويُضعفني ·

٣ — عرضيني يومياً الى الشمس والهواء الطلق واجلسيني في ظلال الاشجار الجميلة وأبعدي عن عينيَّ اذى الذباب ونور الشمس الساطع ·

٤ — دعيني انام ستة عشر ساعة على الاقل كل يوم فالنوم اكبر منشط لي ·

٥ — ارضعيني في اوقات معينة كل ثلاثِ او اربع ساعات كما ترين ذلك موافقاً ، لان معدتي تتطلب الراحة بين الطعام والطعام · انني افضل حليب صدرك على كل شيء ·

٦ — دعيني ارفس واصرخ بعض الاحيان ولا تضغطي على اعضائي بالملفة لان الحركة تقويني · لاعبيني بلطف وتأن ولا تقذفيني الى فوق لئلا اسقط واكسر عنقي او ظهري ·

٧ – احب ان استلقي على ذراعيكِ ولكني ارجوكِ غاية الرجاء ان لا تهزيني وانا في السرير لان ذلك يزعجني . ولا تتركيني انام دائماً على ظهري بل اقلبيني من جهة الى اخرى .

٨ – احب سماع انغام الموسيقى الرقيقة فصوتها ينعشني . اما الضجة والصراخ العالي فانهما يؤثران تاثيرا سيئا في اعصابي . احب جداً يا امي ان اسمعك تنشدين لي .

٩ – اسندي رأسي وظهري لانني طفل . ولا تستعجليني بالجلوس والمشي باكراً . اريد ان ينمو جسمي مستقيما وقوياً ولا تقلقي اذا لم اتكلم بسرعة .

١٠ – ابعديني عن الذين يريدون تقبيل فمي لانني لا اقوى على مقاومة الجراثيم . حققي امالي ونفذي مطالبي هذه يا اماه ، فاقوم في الايام المقبلة بالخدمة الواجبة علي نحوكِ .

الفَصْلُ العَاشِرُ

ما قل ودل

تمهيد : – يحسن بنا الآن وقد تتبعنا مواضيع هذا الكتاب الواحد تلو الآخر وادركنا اهمية الحقائق الجنسية المذكورة فيه ان نطرق مواضيع متنوعة لها علاقة شديدة بسعادة الامومة ، فاننا اصبحنا قادرين على تفهمها وادراك مراميها والاستفادة منها اكثر من قبل ، فالبناء على غير أس لا يبنى . وسنجتهد ان ننتقي من المواضيع العديدة ما لا تغرب فائدته العملية عن الاذهان فنختار منها ما قل ودل وما ربما اكتفينا بالتلميح اليه قبلا وما نأمل ان يكون له الوقع الحسن والفائدة الكبرى .

اهمية الحب في حياة المرأة : – قلنا في فصل سابق جملة مأثورة عن مدام دي ستايل مؤداها ان الحب حادث في حياة الرجل وما هو الا العمر بكامله في حياة المرأة . ولعلنا اذا ما تبسطنا في الموضوع قليلا بعد ان ادركنا ما ادركناه ابان مطالعتنا هذا الكتاب ، نكتشف فيه دليلا آخر على وجوب بث المعلومات الجنسية الصحيحة بين الفتيات والامهات . الا أن الكثيرات من النساء وخصوصاً المصريات منهن ربما يعترضن على قولنا بان الحب هو الحياة

بكاملها عند المرأة ذاهبات الى ان هذا كان صحيحاً فيما مضى والمرأة محظر عليها مشاركة الرجل في الاعمال المختلفة خارج المنزل فان لها الان من جمعياتها وتعاليمها وطرقها الكثير من المهن الحرة ما يجعلها كالرجل ، حبها حادث في حياتها ليس إلاّ . الا اننا اذا مافكرنا قليلاً واعدنا على ذاكرتنا الاطوار المختلفة في حياة المرأة التناسلية ندرك ضعف هذا الرأي وانه لا يصح الاّ في القليلات القليلات من النساء ، فلا شيء يملاء الفراغ في حياتها ويقوم مقام الحب فيها مهما علت قيمته ومهما ظهر لنا انه يقع من نفسيتها موقعاً كبيراً الا الحب نفسه الذي يقودها الى الامومة السعيدة فخرها وغايتها في الحياة . هذا من الوجهة النفسية ، ويزداد الامر وضوحاً اذا ما اعدنا على المخيلة الوجهة الجسدية . فالمرأة منذ طور البلوغ حتى السن الخامسة والاربعين او الخمسين يلازمها الحيض مرة كل شهر تقريباً وما يرافقه من انزعاج واشتراكات مختلفة لا اثر لها في حياة الرجل الجنسية البتة ، ولا تكوّن جزءاً لا يتجزأ من حياته الجسدية . وهو ايضاً اكثر حرية منها تناسلياً بعد الزواج مما يحتم علينا القول بان الحب حادث في حياته ليس إلا ، فتبدأ وظيفتها عند ما تنتهي وظيفته وتعاني انزعاجات تسعة اشهر وربما آلامها الى ان تلد الجنين فتأتيها اضطرابات النفاس والرضاع والاعتناء بالطفل ليل نهار والاشتراكات المختلفة التي ذكرناها ، مما يؤدي بنا الى القول بان الطبيعة فرضت عليها جزية شديدة في حياتها التناسلية تفوق ما فرضته على الرجل وتفوقه جداً .

ثم نظرة منا الى بلوغها سن اليأس وهو حادث لا مقابل له في حياة

الرجل ابداً وما يرافق ذلك من تغيرات ذكرناها في حينها . أفلا يمكننا بعد كل هذا ان نقول ان المرأة اكثر عبودية لحياتها الجنسية من الرجل ؟ اولا تلعب اذن حياتها التناسلية وحبها دوراً حيوياً رئيسيا في كيانها لا يتذوق منه الرجل الا القليل القليل ؟ اولا يمكننا والحالة هذه ان نتخذ من ذلك حجة قاطعة على ان حاجتها الى الالمام بحقائق الحياة الجنسية تفوق حاجته ، فتقودها تلك المعرفة الى ما فيه الخير لها والهناء رادعة اياها عن المزالق الخطرة الملازمة لكيانها الجنسي ؟

الغريزة الجنسية : — تتخلل الغريزة الجنسية كيان المخلوقات الحية من ادناها الى اعلاها وترافق تطورات الحياة المختلفة فتجذب الذكر نحو الانثى او الانثى نحو الذكر . وقد نسج البشر خطأ حولها نسيجاً من الخجل مع ان الامر كما نعتقد الان لا خجل فيه فهو حادث طبيعي غريزي شريف لا مندوحة لنا عنه في ابقاء النسل ، واذا كان ثمت من خجل فيجب ان يلازم فقدان هذه الغريزة او سوء استعمالها لان بدونها لا تدوم الحياة على وجه هذه الغبراء .

وقد قلت ما قلت لانني اعرف الكثيرات ممن اثرت فيهن عقائد ضارة منشأها الجهل وهذا الخجل الذي لمحت اليه فساورتهن المخاوف وآلمتهن الاضطرابات لانهن تعلمن خطأ ان الشعور بهذا الميل الجنسي الغريزي خطيئة ما بعدها خطيئة فاذا بهن يحرن في امرهن بين ذلك الميل وبين ذلك الوازع وتقودهن حيرتهن الى اضطرابات نفسية ومخاوف وهمية تؤثر فيهن ايما تأثير . الا فلتعلم الفتاة اذن ان الشعور بالغريزة الجنسية شيء طبيعي لا يمكن الاستغناء عنه كما انه لا يمكن الاستغناء عن الشعور بالجوع

البتة فلاحياء فيه ولا خوف منه ، انما الخوف كل الخوف ان يقود هذا الشعور الى مواطن الضعف والتهلكة ، الى الاعمال السيئـة . فلا خطيئة في ان تنتابنا الافكار الجنسية لاننا لا مقدرة لنا على منعها ولكن الخطيئة كل الخطيئة ان نقدم لها من حياتنا مأوى سيئاً رديئاً تعشش فيه فتمتص اصول كياننا وتودي بنا ونحن غافلون .

من هو اهل للزواج : — ربما تستغرب القارئـة هذا السؤال ، ففي عرف الكثيرين ان الرجـل اذا كان ذا مركز حسن وثروة كافية وشكل جذاب فلا مانع من زواجه . وعندما يطلب احدهم فتـاة للزواج يكتفي اهلها بالسؤال عن ماله ومركزه واخلاقه بصورة عامة ، وكثيراً ما تكون هذه المعلومات ناقصة او مبالغ فيها ، فتهيء العدة وتتم الافراح ويعود كل الى بيته مبتسماً جذلاً بان العرس قد تم ، ونقصت العيلة فتاة فما عليهم الآن ان يهتموا الان بامر الفتاة الاخرى فيعيدون الخطة نفسها . ولكن لو توقف الاهل قليلا وامعنوا النظر في هذا الشيء لرأوا انهم كثيراً ما يفرضون على فتياتهم حياةً عائليةً اخف ما يمكن ان نقول عنها انها جهنم على الارض ، وهم لو ادركوا ذلك لفضلوا ان تبقى الفتاة في البيت الى ان يتم لها ما يجب ان يتم بعد البحث المستوفى والتدقيق الصحيح ، فالزواج اهم خطوة في الحياة وكثيراً لا نراها الا سبباً لصفقة رابحة او كسباً هينا يعود على طالبيه بالتعاسة والشقاء .

ولذا عمت الان الكثير من الانحاء فكرة جديدة مدارها عدم الاكتفاء بالبحث عن مقدرة الزوج او الزوجة المالية وعاداتها ومركزهما

الادبي او غير ذلك ، بل التثبت من مناسبة الزواج طبياً كما لمحنا الى ذلك في موضوع سابق . وقد يبسم الكثيرون او يهزأون بهذه الفكرة الحديثة ولكنني ارجو ان يؤجل ذلك الى ما بعد استيفاء البحث في الموضوع فلعل في ذلك عبرة لقوم يعقلون .

لقد اثبت العلم الحديث ان هنالك عوامل عديدة يجب التثبت منها قبل الاقدام على الزواج لتحسين النسل ولمنع الاذى والضرر والعواقب الوخيمة بقدر الامكان واهم تلك العوامل ما يلي :

الامراض الزهرية : — وقد لمحنا اليها في مقال سبق ،

داء السل : — ان داء السل الذي يذهب بحياة الالوف كل عام سببه (باسيلس كوخ) يتناوله الصحيح اما عن طريق الفم او الامعاء فيهاجم الرئتين او سواهما من الاعضاء الجسدية . وقد كان الناس يعتقدون انه مرض وراثي وذلك لانهم لاحظوا ان الوالدين المسلولين كثيراً ما يتلوث اولادهما بالعدوى ايضاً فقالوا بان هذا التلوث نتيجة الوراثة . الا اننا نعلم الان ان هذا الاعتقاد لا صحة له اي ان لاوراثة في الامر بل جل ما نستطيع الجزم به هو انه يمكن ان يولد الانسان وفي بنيته ضعف خلقي وراثي يجد فيها السل مرتعاً خصباً ينمو فيه . ولذا كان من الواجب ان نتخذ الحيطة اللازمة في منع العدوى عن ابناء المسلولين والعناية بتقوية اجسادهم الضعيفة وراثة لتقوى على درء مخاطر الداء الوبيل .

فمن البديهي اذاً امتناع المصاب او المصابة بداء السل عن الزواج الا بعد التثبت من زواله لمدة سنتين او ثلاث سنوات ، وبعد التثبت بالفحص الطبي المدقق من ان الشفاء قد تم . وقد قلنا في اثناء مباحثنا في هذا الكتاب ان الحمل يصدم كل عضو من اعضاء الجسم صدمة هائلة ويتطلب منه القيام بوظيفته اشد قيام . فاذا ما تم الحمل وداء السل الخبيث يهاجم الرئتين عرضت الحامل بذلك حياتها لخطر الموت ، وربما لا يكون الخطر عظيما في الحالات الكثيرة ابان الحمل انما يعقب الامر بعد الولادة رد فعل عظيم يجتاح فيه الداء الجسم بسرعة شديدة ربما ادت الى الموت المعجل .

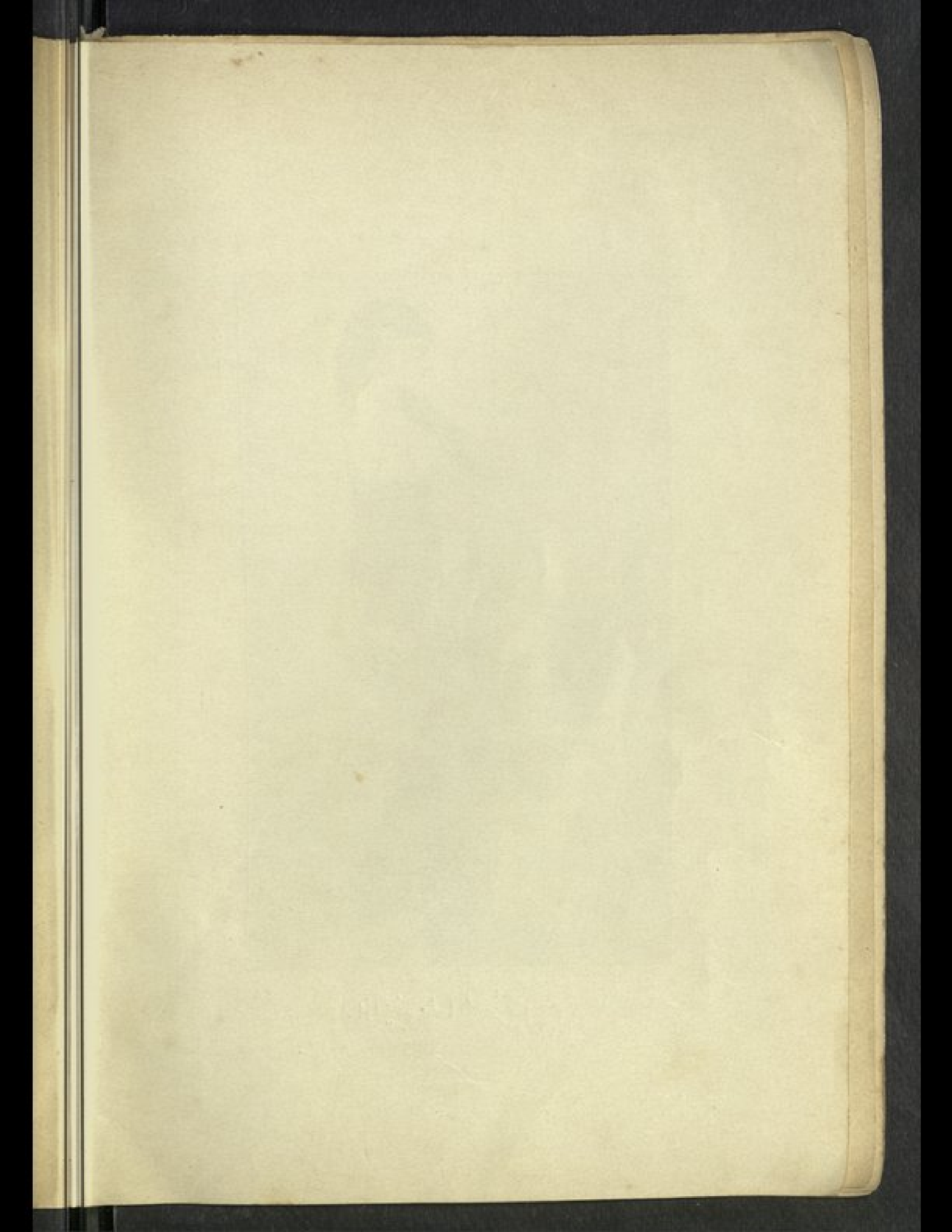
اما اذا اخفى احد الزوجين عن الآخر هذا الداء قبل الزواج فانه يكون قد اقترف بذلك جرماً ادبياً فظيعاً يعاقب عليه القانون في الكثير من البلدان بفسخ الزواج .

مرض القلب : — وهو ايضاً من الامراض غير الوراثية الا انه اذا كان شديداً وجب ان يكون مانعاً في سبيل الزواج لانه ربما يعرض المصاب به للموت الفجائي إن رجلا او امرأة . وعند الحمل والولادة ربما لا تستطيع الام تحمل صدمتها ، فتحدث الوفاة المعجلة غالبا اما بعد الولادة او في اثنائها بسبب الضعف الذي اعترى ذلك العضو الصغير المجهد القوى .

السرطان : — لا اظن ان رجلاً ما يتزوج امرأة ما وهو يعلم انها مصابة بداء السرطان والعكس بالعكس . انما كثيراً ما يحدث ان الخطيبين



ماذا يخبئ لها المستقبل ؟!



يكونان خاليين من هـذا المرض مع وجوده في عيلة احدهما فهـل يصح الزواج آنئذٍ ؟

من الثابت الآن ان السرطان داء غير وراثي ولذا لا خوف من انتقاله بالوراثة عيلياً . الاّ انه اذا ثبت ان الكثيرين من افراد تلك العيلة ماتوا من جرائه فهذا دليل على وجود استعداد يحسن معه تجنب الزواج من افراد تلك العيلة الاّ بعد التأكد طبياً ان لا خطر في الامر .

تضخم الغدة الدرقية :— للغدد الصماء في الجسم اهمية كبرى لا تزال حديثي المعرفة بها . ولعل اليوم آتٍ ، وهو ليس ببعيد ، فيه تتضح معلوماتنا عنها اكثر من الآن فنرى فيها العجب العجاب . ومن تلك الغدد الغدة الدرقية التي اذا ما تضخمت لسبب ما لازمها بروز زائد في المقلتين وخفقان شديد في القلب . وهذا المرض يكاد لا يصيب الا النساء . وهو في عرف الطب سبب مانع للزواج لانه يشتد خطورة اذ ذاك فيؤدي الى عواقب وخيمة اقلها الضعف العقلي في الاولاد فيكونون بذلك عالة على المجتمع وسبباً في تعاسة والديهما . نعم قد يحتمل وجود شواذ لهذه الاخطار انما العبرة بالاغلبية والشاذ لا يقاس عليه.

الافراط في السمن :— كثيراً ما يسمن المرء لعامل وراثي ينتقل من الآباء الى الابناء ، فيكون شديد البدانة لاستعدادٍ في جسمه تغزر معه المواد الشحمية فيه مهما قلل من المآكل كمية ونوعاً . وهذا غير السمن

الاعتيادي البسيط ، ويمتاز عنه بضخم الجثة الزائد وشعور بالتعب الشديد عند المشي او عند اجهاد القوى العقلية . ويكون صاحبه عرضةً لمرض القلب وضيق النفس والنقطة والصفراء وداء الملوك وداء السكري والامساك المزمن ولا يقوى على مقاومة التهاب الرئتين او الحميات الشديدة الوطأة ، فيكون والحالة هذه زواجه من الاخطار التي يجب تجنبها .

تصلب الشرايين : — من اسباب طول العمر ان تكون الشرايين التي تنقل الدم في الانسان لينةً مرنةً وإلا أثر فيها الضغط الدموي المتواصل فينتج عن ذلك كثيراً انفجار في احد الاوعية الصغيرة يسبب الفالج او الموت الفجائي . اما اسباب التصلب في الشرايين فغير معروفة تماماً ، انما يظهر ان معظم الناس فوق الخمسين من العمر يصيبهم هذا الداء لكنه لا يؤثر فيهم اذا كان سيره بطيئاً متدرجاً ولا يكون من جرائه خطر ما على حياتهم . اما اذا كان سيره معجلاً وازداد ضغط الدم فجأة زيادة فادحة نتج عن ذلك خطر الفالج او الموت احياناً . وهذا يحتم علينا ان نعتبر المصابين بهذا المرض المقرون بضغط الدم العالي غير اهل للزواج .

ونزداد من الامر استيثاقا اذا ما ذكرنا ان الجماع يكون خطراً شديداً على ذوي الشرايين المتصلبة والضغط العالي لانه ربما يسبب فيهم انفجار احد الاوعية الدموية ابان التهيج الجنسي . وكم من الحوادث كان الموت فيها ناتجاً عن العوامل هذه دون ان يعرف

العامة سبباً لها ، فيقولون مات فلان فجأة . اما اذا ظهرت اعراض المرض هذا بعد الزواج فالاوفق الامتناع عن العلاقات الجنسية بتاتاً او التخفيف منها بقدر الامكان .

داء الملوك او النقرس : — وقد دعي بداء الملوك لانه كثيراً ما يصيب المترفهين المخلدين الى الراحة والسكينة دون ان يتسع لديهم المجال لمزاولة الرياضة البدنية ، والذين يأكلون كثيراً ومن تكون فيهم وظائف الافراز البدنية غير منتظمة تماماً ، فترسب الحوامض البولية في الدم في الامكنة التي يبطوء فيها دورانه كالمفاصل واطراف الاصابع فتسبب ورماً وآلاماً مزعجة . وقد كانت الفكرة السائدة قديماً ان الداء وراثي وذلك لانه لوحظ انه يصيب الاجداد فالاولاد فالاحفاد . ولم يخطر ببال القائمين بهذه الفكرة انه ناتج عن تأثير المحيط ونوع المعيشة لا الوراثة . ومع انه من الامراض غير المرغوب بها إلا انه في عرفنا لا يكون عائقاً في سبيل الزواج لانه يمكن شفاؤه بمزاولة الرياضة البدنية والتخفيف من المأكل والمشرب والامتناع عن معاطاة المسكرات بانواعها المختلفة وغير ذلك .

ابو كعيب : — وهو التهاب الغدد اللعابية فينتج عنه ورم في جانبي الوجه تحت الاذنين . ولعل الكثيرين يعجبون لقولنا ان هذا الالتهاب له علاقة كبرى في الحياة التناسلية في المرأة والرجل إلا ان هذا العجب يزول عندما نذكر ان له تأثيراً في الخصيتين اللتين تفرزان الحيوانات المنوية في الرجل وفي المبيضين في

المرأة ، فتفقد هذه الاعضاء في الكثير من الاحوال قوتها التناسلية فينتج عن ذلك العقم . ولذا وجب الفحص الطبي لمن اصيب بهذا الداء . اما في الرجال فتسهل معرفة ما اذا كان الرجل قادراً على التناسل بالفحص الذي يثبت ما اذا كانت الحيوانات لا تزال موجودة ويستحيل ذلك في المرأة . ولذا وجب ان يتفاهم الخطيبان بكل صراحة قبل عقد الزواج اذا كان احدهما قد اصيب بهذا المرض ليكونا على بينة من امرهما .

الهيموفيليا : — وهو داء غريب يلازمه نزف متكرر لا نستطيع التحكم به في اكثر الاحيان الا بصعوبة شديدة قد تكون عديمة الفائدة يحدث لدى اقل جرح او صدمة او صفعة . ومن غرائبه انه وراثي يصيب الذكور دون الاناث في معظم الاحيان ولكنه لا ينتقل إلا بواسطة الاناث . ولتقريب ذلك الى الاذهان نورد المثل الاتي .

لنفرض ان زيداً من الناس تزوج امرأة داء (الهيموفيليا) وراثي في عيلتها . ولنفرض انهما رزقا ثلاثة صبيان وثلاث بنات . فالصبيان الثلاثة يصابون بهذا الداء دون البنات . ولنفرض بعدها ان الصبيان الثلاثة تزوجوا ورزقوا اولاداً فلا يرث احد من اولادهم هذا الداء ، اما اذا تزوجت البنات فالذكور من اولادهن يصيبهم الداء دون الاناث وهكذا دواليك . والجدول التالي يبين ذلك بطريقة واضحة .

فتاة من عيلة داء الهيموفيليا وراثي فيها
تزوجت فرزقت

ثلاثة صبيان	ثلاث بنات
يصابون حتماً بهذا الداء	لا يصبن به بل ينقلنه الى الذكور من اولادهن
لنفرض انهم تزوجوا	لنفرض انهن تزوجن

ذكور	اناث	ذكور	اناث
لا يصاب احد منهم به	لا تصاب واحدة منهن به	يصابون به	لا يصبن به بل ينقلنه الى الذكور من اولادهن الخ . .

ماذا نستفيد من هذه المعلومات ؟ انها تبين لنا ان الذكور المصابين بهذا الداء لا مانع من زواجهم البتة لانه لا يحتمل ان ينقلوه الى اولادهم . اما الاناث اللواتي هذا الداء وراثي في عيلاتهن فيجب ان لا يتزوجن لانه من المحتمل ان ينقلنه الى الذكور من اولادهن ، واذا تزوجن فالأفضل ان لا يلدن .

ومن الملذ ان نذكر ان عظمة راسبوتين وسيطرته ونفوذه في البلاط القيصري الروسي كانت وليدة هذا الداء الذي اصاب ولي العهد آنئذٍ فكان موضوع عناية كبار الاطباء ومشاهيرهم ، الى ان ساعدت الفرص راسبوتين فأثر في القيصرة فاقتنعت بانه هو وحده يستطيع شفاء ابنها فكان ما كان له من النفوذ المشهور .

فقر الدم : — وهو مسبب عن قلة الكرويات الحمراء في الدم ، (التي وظيفتها نقل الاوكسجين الى خلايا الجسم المختلفة) ، او الهيموجلوبين اي المادة

الملونة للدم . ويصيب الذكور والاناث ، إلا اننا لا نستطيع ان نعده مانعاً من موانع الزواج لانه من الادواء القابلة الشفاء بالمعالجة .

الصرع : وهو داء من اعراضه تشنجات شديدة تفاجئ المصاب به فيرغي ويزبد ويقع على الارض عاضاً لسانه في اكثر الاحيان . ومع انه مشكوك به فيما اذا كان وراثياً ام لا انما الافضل تجنب الزواج بوجوده ، وخصوصاً اذا كان الوالدان كلاهما مصابين به ، فمن المؤكد عندها ان اولادهما يصابون به ايضاً .

الهستيريا : — هو داء اهم مميزاته فقدان مقدرة التحكم بالعواطف والاعمال ، وتوهم اعراض مرضية لا اثر لها احياناً ، فيشعر المصاب به غالباً بصداع والم في السلسلة الفقرية ويزداد الاحساس في بعض الاماكن من جلده فيشعر بألم شديد لدى اقل لمسة ، وفي اماكن اخرى يفقد الاحساس بتاتاً فلا يشعر بشيء حتى ولو وخز بالابرة . وكثيراً ما يلازم الداء هذا شعور بالاختناق كأنما هنالك طابة تصعد وتسد مجاري التنفس ، فينتج عن ذلك تشنجات وانقباضات واحتباس البول وشلل وعمى موقت وغير ذلك من الاعراض . اما معظم اسباب هذا الداء فتنحصر في امور مرجعها عدم القيام بالمطالب الجنسية او الضغط عليها او صدمة هائلة جنسية اصابت المرء وهو في سن الحداثة ، ويكون في الاناث اكثر من الذكور . فكم وكم من الفتيات المصابات به عدن الى صوابهن بعد الزواج وبارحهن الداء وعشن عيشاً رغيداً وحياة سعيدة . وكم من اللواتي اصبن به

بعد الزواج لعدم مقدرة ازواجهن على القيام بالمطالب الجنسية، او لانهن أرغمن على تزوج من لا يطيب لهن العيش معهم حباً بالمال او المركز الاجتماعي او الجاه او غير ذلك دون مراعاة عامل الحب الصحيح في الزواج السعيد. فكأنما الفتاة في عرف ذويها سلعة تباع وتشرى، اجارنا الله من جور العادات الظالمة والتقاليد الضارة واجار فتياتنا منها ومن مغباتها.

ومع ان داء الهستيريا غير وراثي فاننا نشك كل الشك فيما اذا كانت الام المصابة به تستطيع احتمال متاعب الامومة. ولذا وجبت الحيطة والبحث في تاريخ العيلة باجمعها للتثبت من الامر. فاذا ما كان الداء عاماً شاملاً فالافضل الامتناع عن الزواج، واذا تم فالافضل ان لا يرزق الزوجان اولاداً إلا بعد مرور زمن من الحياة الزوجية يتثبت فيه من ان حالة الام قد تحسنت تحسناً اكيدا محسوساً. وبالاختصار نقول انه يجب البحث عن كل حادثة هستيرية على حدة بعد استشارة اختصاصي ماهر في الامراض العصبية.

الكحول: – الكحولية او ادمان الخمور على انواعها هي من اسوأ الصفات التي يجب ان تقف مانعاً في سبيل الزواج لاسباب عديدة منها ما يلي.

اولا – اضعافها النسل وهذا بنفسه كاف لمنع الزواج.

ثانياً – السكر يولد البطالة والبطالة الفقر والفقر تعاسة العيلة.

ثالثاً – كل مدمن خمر سريع التهيج والغضب يحنق لاقل سبب وربما ينتهي به الامر الى معاملة زوجته بقساوة بربرية .

رابعاً – كثيراً ما ينتج عن ادمان الخمرة الضعف الجنسي او العنانة اي عدم المقدرة الجنسية تماما .

خامساً – السكير يكون غالباً شديد الغيرة سيء الظن بامرأته فيهدم بهاتين الصفتين سعادة الحياة الزوجية . واذا ما كان الفريقان من مدمني الخمرة فالزواج بينهما جريمة لا تغتفر . إلا ان الكثيرين من الناس يدفعون بالابنة الى الزواج ظناً منهم انها قد توثر في سلوك زوجها العتيد فتصلح من شأنه وتلهيه عن تعاطي المسكرات مدّعين بأن لكل شاب جهلة في حياته ، فتكون بذلك ملاكاً رحيماً انقذه من التعاسة والشقاء . وفي عرفنا ان هذا جهلٌ ما بعده جهل فالافضل ان يصلح الرجل نفسه اولاً ويبرهن عن استقامة سيرته وتجنبه المسكر مدة سنتين او ثلاث وبعدها يقضي الله امراً كان مفعولا .

الضعف العقلي : – الضعف العقلي على انواعه داءٌ وراثي شديد وهو غير الجنون ، يكون عائقا هاماً في سبيل الزواج ، لانه في معظم حالاته يكون الاولاد معه ضعفاء العقول لدرجة لا يستطيعون معها الاستفادة من مدرسةٍ ما او تعلم علم من العلوم مهما كان بسيطاً ، فتنسحق بذلك قلوب الوالدين . وكم من الاحيان نرى في المدارس تلاميذ يجربون السنة بعد الاخرى لينالوا شيئاً من العلم فلا يقدرون لا لكسل منهم كما يظن الكثيرون من المعلمين جهلاً ولا لاهمال

بل لخمول فيهم موروث عن الابوين اولخلل في الغدد الصماء فيغادرون المدرسة عالة على المجتمع وعلى والديهم وذويهم ·

واذا كان لا بد من الزواج لعامل حيي او غيره فالافضل ان لا يكون ذلك الزواج سبباً في اهداء الهيئة الاجتماعية اولاداً ضعفاء العقول يذوقون الأمرين في حياتهم ويعيشون تعساء محتقرين عالة على انفسهم وعلى البشر ·

الجنون : — وهو داء يصيب القوى العاقلة يمكننا لتسهيل البحث فيه تمييز نوعين منه وهما الجنون العارض والجنون المطبق · ولقد قال الشاعر :

والعقل فنٌ واحد وطريقه   سهلٌ ولكن الجنون فنون

الجنون العارض : — او الدوري قد يكون مسبباً عن عامل خارجي غير وراثي وهو قابل الشفاء · فرب امرء جن من جراء رعب شديد او هم مزعج او قلق بال او حزن شديد او خسارة ثروة او زوجة او اولاد او مصيبة اعترته كحريق او غرق في البحر او غير ذلك من الاسباب · ومن البديهي ان هذا النوع من الجنون لا يمكن ان يتصل بالوراثة الى النسل ولا خوف من الزواج بزواله ·

الجنون المطبق : — وهو وراثي مسبب عن اضمحلال الانسجة الدماغية والعصبية · ولا نظن ان هنالك من يفكر في تزوج مجنون او مجنونة من هذا النوع لنحتم منع الزواج لأن الامر بديهي لا يحتاج الى برهان او اثبات · إلا ان هنالك الكثيرين ممن يتساءلون عما اذا كان الزواج

مستحسنا اذا ما عرف ان بين اسلاف الزوج او الزوجة عمٌ او خالٌ او جدٌ او غيرهم كان جنونهم مطبقاً لا سيما ونحن نعلم ان الامر هذا وراثي . نعم ان هذا النوع من الجنون اذا ما وُجد في عيلة ما تتوجب الحيطة معه والحذر . إلا ان نظرية قابلية انتقال الجنون المطبق بالوراثة من فردٍ الى آخر تطورت في المدة الاخيرة تطوراً هاماً . فقد كان احدهم قبلاً يلازمه الخوف والحذر و كابوس الهم الثقيل وتلعب به الاوهـام والمخاوف عند ما يعرف ان احد اسلافه اصيب بداء الجنون هـذا ، فتراه دائما ، وخصوصاً عندما يخلو بنفسه ، كثير القلق متواصل الهم شديد الذعر والخوف من ان تأتي الساعة ، وهي في عرفه لا بدآتيـة ، حين يحل به القضاء المحتم فيجن . نعم ، هنالك الكثيرون ممن كانت تتلاعب بهم هذه المخاوف فيفقدون رشدهم لا عن عامل وراثي بل بسبب هذه المخاوف نفسها . فالمرء كثيراً ما يصيبه الامر الذي يخاف منه لأن للخوف تأثيراً على الجسد والعقل لا يستهان به .

ولذا ترانا الآن لا نفهم التأثير الوراثي في الجنون بمعنـاه المطلق كما كان يظن قبلاً . نعم اننا لا نزال نعتبره مانعاً في سبيل الزواج خوفـاً من تأثيره الوراثي في النسل او غير ذلك ، إلا اننا مع هذا نعترف ايضاً بأن للمحيط اهمية تزداد انضاحاً يوما فيوما ونعلم ان التربية الصحيحة – مستعملين كلمة التربية بمعناها العام الشامل للقوى الجسدية والعقلية والروحية معا – كثيراً ما تصلح ما افسدته

الوراثة وتقوّم ما اعوج من جرائها .

تعاطي المخدرات : - تعاطي المخدرات على انواعها المختلفة كالافيون والمورفين والهروبين والكوكيين تعتبر مانعا قويا في سبيل الزواج . نعم ان العبودية لهذه العادة بنفسها غير وراثية انما لا بد من وراثة البنية الضعيفة او المنحطة التي تؤثر فيها هذه العادة الوخيمة ، عدا عن تأثيرها في حياة الزوجين وسعادتهما مما لا يحتاج الى بيان . فكم من العيلات تبدلت افراحها باتراح وعاد هناؤها شقاء من جراء ذلك . ولا بد لنا هنا من اعادة ما قلناه عند البحث في موضوع الكحولية عن الزواج المقصود به تقويم المرأة سيرة الرجل ورفعه الى مستوى يمتنع به عن تعاطي المخدرات هذه معيدين ما قلناه آنئذٍ ان الافضل ان يصلح الرجل نفسه اولاً ويبقى كذلك مدة سنوات وبعدها يكون اهلاً للزواج اذا تم له النصر في مكافحة تلك العادة الوخيمة .

الزواج بين ذوي القربى : - كثيراً ما يتساءل الناس عما اذا كان الزواج بين ذوي القربى مستحسناً من وجهة صحية تناسلية ، وهم عادة يعنون بذوي القربى ابناء العم او الخال او العمة او الخالة في الدرجة الاولى والثانية الخ . والاعتقاد الشائع هو ان هذا الزواج كثير الضرر وخيم العواقب اذانه يؤثر في النسل فيأتي الاولاد ضعفاء البنية والعقول او عمياً او صماً او غير ذلك . وهذا في عرفنا خطأ مع ان له اساس من الصحة كما سنبين فيما يلي .

انا نعلم ان الكثير من الصفات والاخلاق غير المكتسبة تنتقل

بالوراثة من الآباء الى الابناء ولذا ترجح كفة الانتقال الوراثي اذا كان كلٌّ من الوالدين له نصيب وافر من تلك الصفات او الاخلاق. وبكلمة اخرى اذا تزوج زيد من الناس ابنة عمٍّ له وفي عيلتهما داءٌ وراثي كالصرع او الجنون المطبق فالارجح ان اولادهما ينتقل اليهم ذلك الداء بالوراثة اكثر مما لو كان احدهما فقط من عيلة موبوءة بهذا المرض والاخر من عيلة اخرى سليمة. اما اذا لم يكن ثمت من داء وراثي مخيف في العيلة فلا خوف من الزواج بين ذوي القربى. ويزداد الامر استحساناً اذا كان ثمت من صفات مستحبة مستحسنة كنبوغ موسيقي او روائي او غير ذلك، اذ ان الزواج آنئذٍ يقوي تلك الصفات المستحبة في النسل لوجودها في كلا الوالدين. وبالاختصار نقول انه لا يستحسن الزواج بين ذوي القربى في العيلات الموبوءة وراثياً بداء خطر ويشجع ذلك بينهم اذا كانت تلك العيلة سليمة او ذات صفات مرغوب بها.

شق الشفة : وهو نقص خلقي يصيب الشفة العليا فيظهر عليها اثر شق صغير. وكم من المرات سئلت عما اذا كان هذا النقص وراثياً ومما يجب ان يكون مانعاً في سبيل الزواج، وجوابي على هذا هو كلا. فانه مسبب عن نقص في نمو الجنين وهو لا يزال في الرحم لا اهمية له البتة، ويلازمه عادة شق الحلق ايضاً.

الاجرام : هل من مانع في زواج رجل عرف عنه ان اسلافه كانوا مجرمين؟ وهل من مانع في زواجه اذا كان هو مجرماً؟

لقد تطوّرت نظرية الاجرام عند الاختصاصين وقل من يعتقد الآن انه امر وراثي ينتقل من الاباء الى الابناء . فاننا نعلم الآن ان معظم الجرائم التي تقترف مبعثها المحيط — المحيط الفقير المظلم التعبس — ومصدرها ايضاً سوء التربية ورداءة العشرة . ونعلم ايضاً انه اذا أحسن تدريب ابن المجرم يشب رجلاً عاقلاً مفيداً للهيئة الاجتماعية ، وابن الفضل والصلاح والتقوى والعبادة يصبح مجرماً اذا اسيئت تربيته وساء محيطه .

كما واننا يجب ان نذكر دائما ان هنالك جرائم دفعت اليها ثورة نفس وقتية او هياج عصبي يجبر المرء على اقتراف جرم ما فلا يحتم هذا ان ينتقل الميل فيه الى الابناء لانه امر عارض ويزول .

ولذا فمن الجهل امتناع الفتاة عن الزواج اذا ما ظهر ان في اسلاف زوجها العتيد عدداً من المجرمين . فما دام الرجل غير مجرم ولم تكن فيه ثمت موانع اخرى خلقية او غيرها فلا اهمية لجرائم اسلافه ولا خوف منها اذ انها غير محتمل ان تتصل وراثياً بالابناء . نعم يجب ان يدرس الامر جيداً انما لنترك التعميم فيه على حدة ونستقرئ كل حادثة لوحدها ونحكم عليها بموجب ذلك الاستقراء لا بقواعد عمومية رثت وبليت واصبحت الآن خبراً منسياً .

واني ازيد على هذا الامر ان الزوج العتيد ربما كان مجرماً في زمن مضى وقضى مدة من عمره في السجن ولكنه مع كل هذا ربما يكون والداً من خيرة الوالدين وقدوة حسنة لأبنائه وذريته . وما يصح على

الرجل يصح على المرأة ٠

ولا احاول في كلامي هذا اثارة العواطف للدفاع عن المسكين المغلوب على امره انما غايتي ان تفهم مسألة الإجرام بفطنة وتعقل وامعان روية دون ان نلجأ فيها الى تعميم ما انزل الله به من سلطان. فكم وكم من ذوي المناصب والرتب العالية والمجد الاثيل هم في عرف الحق مجرمون لا تنالهم يد العدالة في اجرامهم ، يكونون فئة اشد خطراً على المجتمع من اناس نطلق عليهم لقب المجرمين لانهم قُدرَ لهم ان تنالهم يد العدالة وتزجهم في السجون ٠

المكسلة : — ونعني بها فقدان النشاط العقلي والجسدي وعدم احترام الذات والكسل الشديد الذي لا يمكن التغلب عليه مما يجرُّ الى الفقر المدقع . وهذا اذا وجد في احد الزوجين العتيدين كان في عرفنا مانعاً شديداً في سبيل الزواج لان الفقر والمكسلة يختلفان تمام الاختلاف ٠ فرب عيلة كانت فقيرة جيلاً بعد جيل ولكننا لا يمكننا ان نطلق على افرادها لقب المكسالين إلا اذا كان ذلك ناتجاً عن اختلال في وظائف الغدد الصماء ٠ ومع ان المكسلة غير وراثية الا ان بعض صفاتها التي تلازم المكسال قابلة الانتقال من الآباء الى الابناء ولذا وجب امعان الروية واعمال الفكرة واطالة البحث قبل تزوج المكسال ٠

الفصل الحادي عشر

كلمة الى المتزوجين

ومن هم على اهبة الزواج

الحب المتبادل اساس الزواج السعيد : — الحب من اسمى العواطف البشرية وادقها سراً واقلها قابلية للتحليل او التعليل . فكثيراً ما يكون فجائياً يصدم المرء على حين غرة فيخترق لبه ويمتلك عليه مشاعره ، و كثيراً ما يكون بطيئاً نتيجة ائتلاف متواصل دائم . الا انه مهما كان نوعه فانه يستند الى اساس الجاذب الجنسي ويغذى بجمال الخلق والخلق واللطف والظرف والاعتدال الجنسي والاخلاق السامية والغايات النبيلة والتربية الصحيحة والافادة المتبادلة واللطف والحنو والمعشر والعادة وبغير ذلك من الشعور الرقيق والصفات السامية التي يعرفها كل من خبره وذاقه . ولا يمكن ان تكون الحياة الزوجية سعيدة الا اذا كان الحب الصحيح المتبادل اساساً لها . وفي هذا عبرة حبذا لو يعتبر بها الكثيرون من الاباء في انحاء المعمور فلا يجبرون بناتهم او ابنائهم على تزوج من لا يميلون اليه ، حباً بالجاه اوالثروة او طمعاً بغنم او مكسب ، او اعتقاداً منهم بأن الزواج يعوض عما لا وجود له بين الطرفين من محبة متبادلة واخلاق متناسبة وميول متماثلة الى غير ذلك من الصفات اللازمة لسعادة الحياة

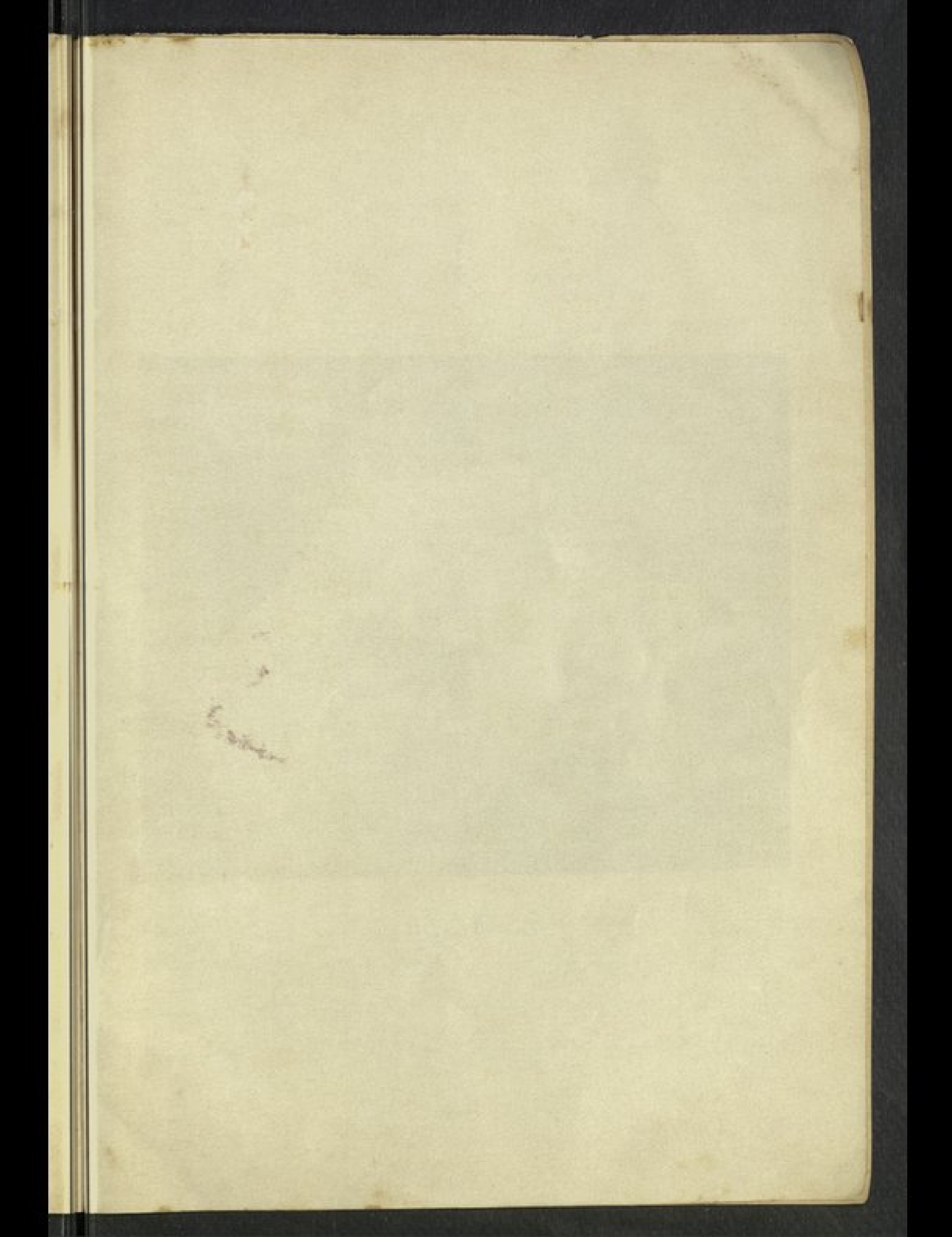
الزوجيه .

شخصية الزوجين : - ان الاسابيع الاولى بعد الزواج او الاشهر الاولى هي اهم حادث في حياة المرأة او الرجل ، فعليهما يتوقف مستقبل الاولاد والعيلة والبيت والوفاق والوئام والسعادة والهناء . ولذا وجب التفاهم منذ البدء بين الطرفين ، وان كانا تفاهما قبل الزواج ، وعلى كل منهما ان يدرس شريك حياته ويضحي بشيء من شخصيته في سبيل سعادة الآخر ويدرسه ويدرس عاداته واخلاقه ليقوى على تجنب ما من شأنه ازعاجه ومزاولة ما من شأنه اسعاده به ، قبل ان يفسح المجال للعادات الذميمة ان تتأصل وتنمو بتكرر الزمن ، فالاقلاع عن العادة اصعب بكثير من منع تأصلها ونموّها . ولذا اقول للمرأة حافظي على شخصيتك واقول ذلك للرجل ايضاً . ولا اعني بهذا ان يلجأ كل منهما الى العناد والمشاكسة في سبيل السيطرة ، بل على كل منهما ان يذكر ان لرفيق حياته شخصية ذات غرائز وطبائع حيوية مستقلة يجب عليه معها احترامها والا فسد الامر وتبدل الهناء بالشقاء . والرقة واللطف مع الثبات والمثابرة من اهم الصفات التي تساعد على التفاهم المتبادل بين الشخصيتين والاحترام والمحبة الخالدة .

اهتمام كل منهما بمصلحة الاخر : - ومن العوامل التي تؤدي الى الحياة السعيدة اهتمام كل من الزوجين بمصلحة الآخر . فالرجل عند عودته مساءً من عمله وهو منهوك القوى مبلبل الافكار يسكن روعه وينسيه متاعبه ويجدد حياته بيت مرتب هادئ على عتبته امرأته والابتسامة اللطيفة



الامومة السعيدة



على شفتيها تحييه وتوانسه وتهش له ، فتتلاشى لدى ابتسامتها اللطيفة ورقتها وعذوبتها آلام النهار ومتاعبه ، لا سيما اذا ابدت له بعد الراحة اهتماما باعماله اليومية ممزوجا بالرقة والدعة واللطف محاولة بذلك مشاركته في بعض تلك الاعباء وتخفيف ما ربما تكون قد سببت له من مخاوف واضطرابات ، دون ان تحاول السيطرة عليه فيها والظهور امامه بمظهر المنتقد المرشد ، فالرجل يأبى ولو خطأ ان يكون مسيراً في اعماله من لدن زوجته .

وكذلك الرجل بدوره يستطيع تخفيف عناء اتعاب زوجته المنزلية وسواها باستحسان ما يتذوقه من طعام طهته له او شارفت عليه ، وشكرها برقة ورجولة واعجاب اذا ما ارته شيئاً لطيفاً حبكته بداها لتزيين المنزل او غير ذلك ، دون ان يحاول التعرض لشؤون المطبخ والطباخين والغسل وكيفية تهيئة الطعام والسيطرة على ذلك . فالمرأة تعتبر ادارة المنزل الداخلية مملكتها والجاهل من حاول الاستئثار بتلك المملكة الصغيرة التي تديرها المرأة .

اعرف رجلاً اقلق راحة زوجته في امر واحد مع لطفه المتناهي في كل الامور الاخرى ، وهذا الامر الواحد هو محاولته السيطرة على شؤون المنزل الداخلية . وعبثاً حاولت تلك المرأة اقناعه باللطف والحسنى وردعه عن ذلك فكان يجيب بما معناه البيت بيتي والمال مالي افلا يحق لي التعرض لاموره ؟ ولما يئست المرأة عن لها فكر شيطاني كان له التأثير الحسن . فذهبت صبيحة احد الايام الى مكتبه وهو منهمك في اشغاله واخذت دون استشارته تغير له ترتيب الكتب على الطاولة والصور على

الحيطان والكراسي والمقاعد ووو... وهو ينظر اليها مبهوتاً مذهولاً ، وهي تبتسم ابتسامة ذات معنى خاص . ولما لم يعد يطق صبراً بادرها بهذا السؤال :

— باي حق تتعرضين لامور لا تعنيك ؟

فاجابته بهدوء ورصانة والابتسامة تعلو شفتيها :

— بالحق الذي تستعمله عندما تحاول السيطرة على امور مطبخي .

ففهم وابتسم ولم يعد الى مثل ما كان عليه .

النظافة والتزين : — لا اظن ان خطيباً يحاول زيارة خطيبته دون ان يقف امام المرآة مراراً يمشط شعره (ويهندس شبابه) ليكون جذاباً تفخر خطيبته به وبلقياه . ولا اظن كذلك ان الخطيبة تقل عنه شأناً ان لم تزده في ذلك محافظة على جمالها وانوثتها لتظهر امامه بالمظهر الفاتن الخلاب وهذا مع ما فيه من غرور الشباب وزهوه امر يبسم له كل عاقل . حتى ولو كان متنسكا او هرماً اشتعلت قمة رأسه بياضا ، فالشباب هو هو لا يتبدل ولا يتغير بتبدل الاحوال والازمان . الا ان الكثيرين والكثيرات يعكسون الآية بعد الزواج فيهملون امور التزين والنظافة اعتقاداً منهم بان الامر قد تم ، والزواج قد مضى ، فلا لزوم لمثل تلك البهرجات والمظاهر الفارغة . وفي هذا الخطأ الاكبر . نعم انا لا اعني ان يظل الزوجان محافظين على عادات الخطبة من هذه الوجهة حرفياً ، بل على كل منهما ان يذكر ان للزينة والنظافة تأثيراً شديداً في الجاذب

الجنسي الذي يجب ان يظل مظهراً من مظاهر الحياة الزوجية ، والا تولد من جراء الاهمال وقلة الاعتناء بالنظافة والزينة كره متبادل قد يكون سبباً من اسباب تعاسة الحياة الزوجية .

الآداب اللطيفة : — وما اوردناه عن التزين الخارجي والنظافة يصدق بشدة على التزين الداخلي او ما عبرنا عنه بالآداب اللطيفة . فجمال النفس له مكانته العليا في الصلات الزوجية ، وجمال الاخلاق والمزايا الطيبة له تأثيره القوي ، والمحافظة على العادات الانيقة والترفع عن الاعمال المستهجنة ، التي ربما يقترفها احد الزوجين من جراء الالفة المتبادلة ورفع الكلفة ، تبعد كل ما من شأنه ان يسبب نفوراً ما في احدهما ، لا سيما اذا كان من ذوي الشعور الحساس والآداب الراقية والمزايا اللطيفة . وقد يظن الكثيرون ان هذه الاشياء الصغيرة من توافه الامور ولكن الحياة مجموعة امور صغيرة وكثيراً ما تحطمت سعادتها على صخور العوامل التافهة .

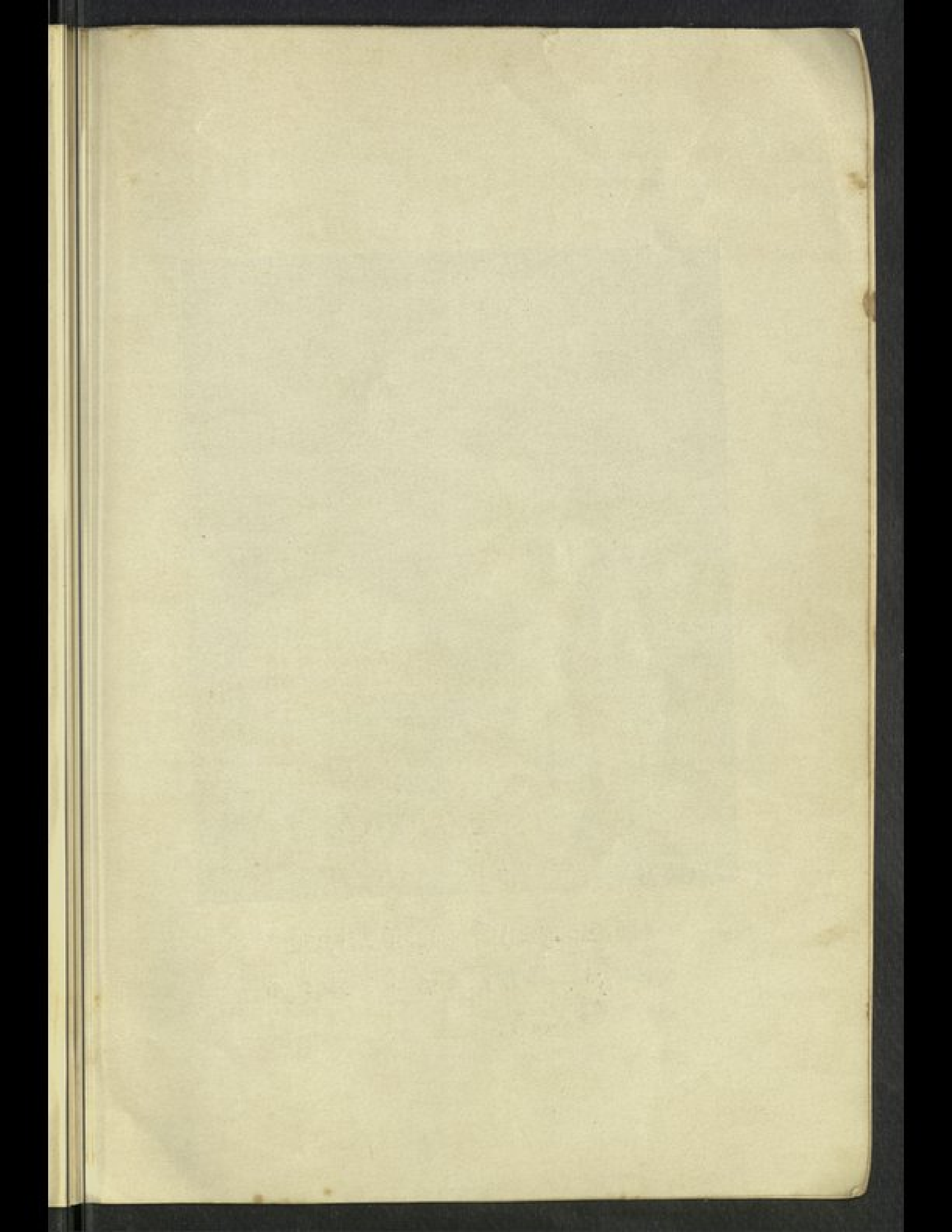
الروائح الكريهة في الفم والجلد : — وكما ينفث الغاز الخانق سمومه في الحياة اللطيفة الانيقة فيفنيها هكذا تلك الروائح تذوي زهرة الحب النامية النحيفة فتقتلها في الكثير من الاحيان . وليست تلك الروائح من الامور التي يصعب على المرء مداواتها ، انما للاهمال يد كبرى في تقويتها ، وللنظافة شأن كبير في ازالتها ، والا فلا مندوحة عن الاستعانة برأي الطبيب لتوقيفها ، فيزول بذلك سبب من اسباب النفور

عند الكثيرين . ومن هذا القبيل (الليكوريا) المزمنة وهي نفس تلك التي ذكرناها ابان النفاس في فصل سابق . الاّ انها في الحالة هذه تلازم المرأة في احوالٍ مختلفة وتجب مداواتها وابادة تأثيرها السيء في الحياة الزوجية .

الاخلاص : — الاخلاص الدائم المتواصل اسٌ متين يبني عليه الزوجان صرح السعادة الزوجية . وله في عرف الكثيرين نفس المكانة التي تشغلها الامانة الزوجية في نفوسهم . ولذا كان من اهم واجبات كل من الطرفين ان يتصف بهذا الاخلاص تمام الاتصاف فلا يغتاب رفيق حياته امام الغير ، ولو كان من اقرب الناس اليه ان عمداً او سهواً ، ذاكراً نقائصه ونقاط الضعف فيه او غير ذلك من الامور التي لا يجب ان تكون مضغة في افواه الغير ، لا سيما ما كان منها له علاقة ما بالمسائل الجنسية ، والاّ تولد من جراء ذلك كره متبادل قد يقود الى النفور والشقاق . اما اذا كان ثمت من حادثٍ هام جداً يستدعي الاستشارة الطبية او سواها فليكن ذلك بلطف وحشمة مع الاستيثاق الاكيد من عدم افشاء الامر كي لا يكون مضغة في افواه المتقولين . ومن هذا القبيل اتخاذ الحيطة التامة في حفظ المنازعات المختلفة ، طفيفة كانت ام شديدة ، ضمن جدران المنزل لاتتعداه الى الخارج . ولا يحسن باحد الزوجين الاستعانة بوسيطٍ خارجي يدخل بينهما ليصلح ذات البين ، فان ذلك يجر عليهما ندماً ما بعده ندم ، فيد الغريب غليظة — واعني بالغريب كل من عاش خارج منزلهما سواء اكان من الاقارب او الاباعد —



انما المرأة مرآة بها　　كلما تنظره منك ولك
فهي شيطان اذا افسدتها　　واذا اصلحتها فهي ملك



نسيء اكثر مما تحسن وتهدم اكثر مما تبني ولذا كان من الافضل ان يحل الزوجان مشاكلهما بايديهما والا تعرضت حياتهما الى خطر الشقاق والنفور .

هذا قليل من كثير نختم به كتابنا هذا فعسى ان يكون من وراءه الفوائد المنشودة المقرونة بحسن الختام .



ملحق

رقيم المولود

هذا الملحق كتيب صغير دعوناه برقيم المولود يحسن بالوالدين ان يحفظا طي صفحاته ما طاب وافاد عن حياة مولودهما ليكون شاهداً على تطوراته الرئيسية وحافظاً للادوار المختلفة الهامة التي يمر بها . وكم يلذ له ان يقلب صفحاته في المستقبل وقد ادرك سن الرشد فيعود به هذا الكتيب الى الماضي البعيد ويمثل لديه بصوره المختلفة ما لا تستطيع الذاكرة ان تحفظه من ذكريات وتطورات .

ورقيم المولود لا يقتصر فقط على تدوين الحوادث الرئيسية بل يضم طي صفحاته ذكريات الولادة والايام الاولى ويبين تدرج النمو الجسدي والعقلي . فاذا ما عادت الام الى قراءته فيما بعد عندما يكون ولدها في شرخ الشباب ترى فيه احصاءات هامة عن حالة نموه الجسدي والعقلي وما طرأ عليها من تغيرات قد تكون اكبر مساعد للطبيب في اكتشاف الميول الخلقية او المكتسبة . فالسنين السبع الاولى في حياة كل انسان لها اشدُّ تأثيرٍ في تكوين غرائزه وميوله وعقليته وجسده .

اعلان الولادة

عم يا بني صباحا وزد هنا وارتياحا

الاسم ________ ذكراً ام انثى ________

وُلدَ يوم ________ في شهر ________ سنة ________

الساعة ________ صباحاً / مساءً في مدينة ________

امضاءات

الاب ________ الام ________

الطبيب او المولدة ________ الممرضة ________

شهادة الولادة

(يستحسن الصاق شهادة الولادة التي يعطيها الطبيب او المولدة او نسخة منها على هذا الوجه)

كيفية الولادة

(يكتب تفاصيلها المطلوبة الطبيب او المولدة)

سير الولادة

مدة المخاض
ولادة طبيعية
ولادة عسرة

حالة المولود عند الولادة

هل ولد قبل تمام التسعة الاشهر ؟
هل ولد عند التمام ؟
هل كان ازرق اللون ام لا ؟
هل حدث نزف ؟
هل اصابه ضرر او حادث غير طبيعي ؟

تصرف المولود في اليوم الاول من الولادة

هل كان هادئاً
هل كان قلقاً
نوع صراخه (كثيراً ، قليلاً ، مفقوداً)



قياسات المولود عند الولادة

(يدونها الطبيب او المولدة)

الوزن :

الطول :

محيط الرأس :

محيط الصدر :

محيط البطن :

ملاحظات



العلامات الفارقة

لون العينين حين الولادة　　　　فيما بعد

لون الشعر

لون البشرة

شكل الرأس

ملاحظات



قصاصات من الجرائد التي ذكرت شيئاً عن الولادة

(يستحسن الصاقها على هذا الوجه)

التهاني بولادة الطفل او الطفلة

(يستحسن ذكر بعضها على هذا الوجه)



رسوم فوتوغرافية مختلفة للطفل او الطفلة

(يحسن الصاقها على هذ الوجه)



رسوم فوتوغرافية مختلفة للطفل او الطفلة



العمر	الوزن	الطول
يوم الولادة		
العمر اسبوع واحد	يجب ان يكون وزنه كما في يوم الولادة	
اسبوعان		
شهران		
ثلاثة اشهر		
اربعة اشهر		
خمسة اشهر	يجب ان يكون وزنه ضعفي وزنه يوم الولادة	
ستة اشهر		
تسعة اشهر		
سنة	يجب ان يكون وزنه ثلاثة اضعاف وزنه يوم الولادة	
سنتان		
ثلاث سنوات		
اربع سنوات		
خمس سنوات		
ست سنوات		
سبع سنوات		

مظاهر الادراك

(يستحسن تدوين العمر الذي بدأت فيه المظاهر الآتية)

المظهر	العمر
قبض الاشياء باليد (عادة في الشهر الرابع)	
متابعة الاشياء بالنظر (عادة في الشهر الرابع)	
الابتسام	
مد اليد لتناول الاشياء	
معرفة الوالدة	
معرفة الوالد (عادة بين الشهر الرابع والتاسع)	
تمييز الغرباء (عادة بين الشهر الثامن عشر والسادس والثلاثين)	
تمييز الصور	



النطق

(يستحسن تدوين العمر الذي بدأت فيه المظاهر الآتية)

المظهر	العمر
التلفظ بكلمتي : ماما بابا (عادة بين الشهر السادس والتاسع)	
التكلم . لفظ الكلمات (عادة بين الشهر الثاني عشر والثامن عشر)	
الجمل (عادة بين الشهر الثامن عشر والرابع والعشرين)	
السؤالات (عادة في السنة الثالثة)	
الحفظ غيباً	
الانشاد	

ما هي الصعوبات التي عاناها في نطقه كعسر التلفظ بحرف ما او التأتأة ؟ الخ .

متى فُطم ؟



النمو العضلي

(يستحسن تدوين العمر الذي بدأت فيه المظاهر الآتية)

المظهر	العمر
تهدئة رأسه (عادة بين الشهر الثاني والرابع)	
الحركة وهو في المغطس (عادة في الشهر الرابع)	
القعود لوحده (عادة بين الشهر السادس والتاسع)	
الحبو (عادة بين الشهر السادس والتاسع)	
الوقوف (عادة بين الشهر التاسع والثامن عشر)	
المشي بمساعدة (عادة بين الشهر التاسع والثاني عشر)	
المشي لوحده (عادة بين الشهر الثاني عشر والثامن عشر)	
الصعود على الدرج (عادة بين الشهر الثاني عشر والثامن عشر)	
الركض	



الهدايا

(يستحسن تدوين لائحة بالهدايا وباسماء مرسليها)



عيد ميلاده او ميلادها الاول

كيف احتفل بهذا اليوم (وصف مختصر له)

الهدايا : —

اسماء المدعوين



مجموعة صور الميلاد الاول



مجموعة صور الميلاد الاول 



قص الشعر لاول مرة

التاريخ

العمر

قبل قص الشعر	بعد قص الشعر
الصورة	الصورة

خصلة من الشعر

(تلصق هنا)

الرفاق الاولون

اسماء بعض الرفاق — شيء عن صفاتهم — مجموعة من صورهم اذا امكن



بعض العادات الخصوصية

متى اصبح قادراً او اصبحت قادرة على :—

الا كل (بدون مساعدة) العمر

استعمال الملعقة

استعمال الشوكة

استعمال السكين

(عادة في السنة الرابعة)

اللبس (بدون مساعدة)

الكلسات

الحذاء

الثياب

تنظيف الاسنان (بدون مساعدة)

(عادة بين السنة الثالثة والرابعة)

الاستحمام (بدون مساعدة)

(عادة بين السنة الثالثة والسادسة)

الاعتناء بالنفس (بدون مساعدة)



الرحلات الاولى

الى :—

بالسيارة الى :—

بالقطار الى :—

بحراً الى :—



عيد ميلاده او ميلادها الثاني

كيف احتفل بهذا اليوم (وصف مختصر له)

الهدايا : —

اسماء المدعوين



مجموعة صور الميلاد الثاني 



مجموعة صور الميلاد الثانى



اختبارات المدرسة الاولى

اسم المدرسة :

تاريخ الدخول :

اسماء بعض المعلمات والمعلمين :

تأثير اليوم الاول المدرسي في المولود :

بعض المحفوظات المدرسية الاولى



وعلى هذا المنوال يستحسن ان تحفظ ذكريات الطفولة حتى السنة السابعة فيتكون منها مجموعة مفيدة ولذيذة .



فهرس الكتاب

***

مصادر الكتاب

اهم المراجع التي استندنا اليها في تأليف هذا الكتاب وانتقاء اشكاله نذكرها مع الشكر لمؤلفيها

Human Anatomy (Harvey M. D.)
Fertility and Sterility in Marriage (Th. H. Vande Valde M. D.)
Manual of Obstetrics (Joseph B. De Lee M. A, M. D.)
Nurses' Handbook of Obstetrics (Louise Zabriskie R. N.)
Education in Sex Hygiene (Wilson M. D.)
Woman — Her Sex & Love Life (William J. Robinson M. D.)
Obstetrics for Nurses (Joseph B. De Lee M. A, M. D.)

